



Retour de vos choix le :  
**vendredi 29 novembre**

## MENU SANS SUCRE AJOUTÉ

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
9-déc.

Entrée chaude : Tarte légumes provençale  
" Salade de pousse de soja vinaigrette  
**AIGUILLETES DE POULET SAUCE DIABLE**  
**Pâtes papillon / Champignons ail et fines herbes**  
Yaourt nature  
Entremets caramel s/sucre

Potage Clamart  
Sardine, salade & citron  
**STEAK HACHE DE VEAU AU JUS**  
**Semoule / Chou-fleur béchamel**  
Tomme noire en tranche  
Pomme

**Mardi**  
10-déc.

Entrée chaude : Quiche Lorraine\*  
" Pâté de campagne & cornichons(\*) ou mousse de canard  
**ROTI DE BŒUF SAUCE CHASSEUR**  
**Pommes vapeur / Navets au curry**  
Edam en tranche  
Orange

" Potage Fontange  
Céleri râpé vinaigrette  
**COLOMBO DE POISSON**  
**Riz créole / Ratatouille**  
Yaourt brassé  
Moelleux citron s/sucre

**Mercredi**  
11-déc.

Entrée chaude : Chausson jambon de dinde fromage  
" Coleslaw  
**ESCALOPE DE POULET SAUCE PIQUANTE**  
**Pâtes du jour / Poêlée forestière**  
Yaourt nature  
Poire

" Potage Freneuse  
Radis  
**NORMANDIN DE VEAU SAUCE FORESTIERE**  
**Boulgour / Epinards**  
Brebicrème  
Entremets café s/sucre

**Judi**  
12-déc.

Entrée chaude : Feuilleté hot-dog\*  
" Chou rouge râpé vinaigrette  
**WINGS DE POULET BARBECUE**  
**Pommes noisettes / Légumes piperade**  
Mimolette en tranche  
Purée pomme-fraise s/sucre

" Potage Soissons  
Betteraves cuites à l'estragon  
**EMINCE DE BŒUF SAUCE TOMATE**  
**Semoule / Julienne de légumes**  
Fromage blanc  
Pomme

**Vendredi**  
13-déc.

Entrée chaude : Crêpe à l'emmental  
" Carottes râpées au basilic  
**COTE DE PORC AU JUS(\*)**  
**Ecrasé de pomme de terre / Brocolis**  
Yaourt brassé  
Moelleux framboise s/sucre

" Potage Santé  
Duo de charcuterie & cornichons(\*) ou galantine de volaille & c  
**FILET DE HOKI SAUCE CITRON**  
**Riz créole / Petits pois carottes**  
Tomme noire en tranche  
Kiwi

**Samedi**  
14-déc.

Entrée chaude : Tarte chèvre tomate basilic  
" Salade verte  
**EMINCE DE POULET AU JUS**  
**Pâtes Penne / Endives**  
Duo de fromage  
Entremets fraise s/sucre

" Potage Cultivateur  
Salade de pousse de soja vinaigrette  
**ŒUFS BROUILLES BASQUAISE**  
**Pommes vapeur / Poêlée méridionale**  
Yaourt nature  
Clémentines

**Dimanche**  
15-déc.

Entrée chaude : Pizza champignon  
" Macédoine mayonnaise & olive noire  
**BOULETTES DE BŒUF SAUCE COCOTTE**  
**Blé / Carottes**  
Yaourt nature  
Orange

" Potage Provençal  
Fenouil râpé vinaigrette  
**SAUMONETTE SAUCE PROVENCALE**  
**Riz pilaf / Chou-fleur persillé**  
Cantafrais  
Entremets chocolat s/sucre



**Bon de Commande**

**MENU SANS SUCRE AJOUTE**

**Retour de vos choix le:  
vendredi 29 novembre 2024**

Déjeuner

Dîner

Lundi  
9-déc.

Entrée chaude : Tarte légumes provençale  
Salade de pousse de soja vinaigrette  
**AIGUILLETES DE POULET SAUCE DIABLE**  
**Pâtes papillon / Champignons ail et fines herbes**  
Yaourt nature  
Entremets caramel s/sucre

Potage Clamart  
Sardine, salade & citron  
**STEAK HACHE DE VEAU AU JUS**  
**Semoule / Chou-fleur béchamel**  
Tomme noire en tranche  
Pomme

Mardi  
10-déc.

Entrée chaude : Quiche Lorraine\*  
Pâté de campagne & cornichons(\*) ou mousse de canard  
**ROTI DE BŒUF SAUCE CHASSEUR**  
**Pommes vapeur / Navets au curry**  
Edam en tranche  
Orange

Potage Fontange  
Céleri râpé vinaigrette  
**COLOMBO DE POISSON**  
**Riz créole / Ratatouille**  
Yaourt brassé  
Moelleux citron s/sucre

Mercredi  
11-déc.

Entrée chaude : Chausson jambon de dinde fromage  
Coleslaw  
**ESCALOPE DE POULET SAUCE PIQUANTE**  
**Pâtes du jour / Poêlée forestière**  
Yaourt nature  
Poire

Potage Freneuse  
Radis  
**NORMANDIN DE VEAU SAUCE FORESTIERE**  
**Boulgour / Epinards**  
Brebicrème  
Entremets café s/sucre

Jeudi  
12-déc.

Entrée chaude : Feuilleté hot-dog\*  
Chou rouge râpé vinaigrette  
**WINGS DE POULET BARBECUE**  
**Pommes noisettes / Légumes piperade**  
Mimolette en tranche  
Purée pomme-fraise s/sucre

Potage Soissons  
Betteraves cuites à l'estragon  
**EMINCE DE BŒUF SAUCE TOMATE**  
**Semoule / Julienne de légumes**  
Fromage blanc  
Pomme

Vendredi  
13-déc.

Entrée chaude : Crêpe à l'emmental  
Carottes râpées au basilic  
**COTE DE PORC AU JUS(\*)**  
**Ecrasé de pomme de terre / Brocolis**  
Yaourt brassé  
Moelleux framboise s/sucre

Potage Santé  
Duo de charcuterie & cornichons(\*) ou galantine de volaille & c  
**FILET DE HOKI SAUCE CITRON**  
**Riz créole / Petits pois carottes**  
Tomme noire en tranche  
Kiwi

Samedi  
14-déc.

Entrée chaude : Tarte chèvre tomate basilic  
Salade verte  
**EMINCE DE POULET AU JUS**  
**Pâtes Penne / Endives**  
Duo de fromage  
Entremets fraise s/sucre

Potage Cultivateur  
Salade de pousse de soja vinaigrette  
**ŒUFS BROUILLES BASQUAISE**  
**Pommes vapeur / Poêlée méridionale**  
Yaourt nature  
Clémentines

Dimanche  
15-déc.

Entrée chaude : Pizza champignon  
Macédoine mayonnaise & olive noire  
**BOULETTES DE BŒUF SAUCE COCOTTE**  
**Blé / Carottes**  
Yaourt nature  
Orange

Potage Provençal  
Fenouil râpé vinaigrette  
**SAUMONETTE SAUCE PROVENCALE**  
**Riz pilaf / Chou-fleur persillé**  
Cantafras  
Entremets chocolat s/sucre

**Comment compléter votre bon de commande:**

Cochez la case désirée et éventuellement rayez ce que vous ne souhaitez pas.  
Vous pouvez librement changer les plats entre les menus du midi et du soir.  
Vous pouvez changer la garniture du plat principal.  
Vous pouvez aussi choisir un composant de la carte de remplacement ou une salade composée.

Nos produits sont fabriqués dans un atelier qui utilise arachides, soja, œufs, gluten, crustacés, poissons, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, sésame, sulfites, lupin, mollusques.

J'ai pris connaissance des Conditions Générales de Vente d'Appétits & Associés et les ai acceptées

Nom et Prénom du client:

Date et Signature:

Vous pouvez compléter votre choix avec notre offre de boulangerie traditionnelle ou de compléments en choisissant le moment de la livraison.

Baguette tradition ou boules tranchées (2,80€)		Petits pains et/ou bouteilles d'eau (0,70€)	
Jour de livraison		Jour de livraison	
<input type="checkbox"/>	LUNDI	<input type="checkbox"/>	LUNDI
<input type="checkbox"/>	MARDI	<input type="checkbox"/>	MARDI
<input type="checkbox"/>	JEUDI	<input type="checkbox"/>	JEUDI
<input type="checkbox"/>	VENDREDI	<input type="checkbox"/>	VENDREDI

Merci de bien vouloir joindre votre règlement à votre commande.

Pour vous aider à calculer le montant à régler, vous pouvez utiliser le tableau ci-dessous.

\* Nombre de menus déjeuner ou diner \_\_\_\_\_ x 19,40€ = \_\_\_\_\_  
(Entrée ou potage, plat, garniture, fromage, dessert)

\* Nombre de formule déjeuner + collation légère du soir \_\_\_\_\_ x 24,00€ = \_\_\_\_\_  
(entrée, plat, garniture, fromage, dessert et 3 composants parmi les entrées, potage, fromages, desserts)

\* Nombre de duo déjeuner + repas complet \_\_\_\_\_ x 33,50€ = \_\_\_\_\_  
(Formule de 2 repas complets)

\* Nombre de plats garni ou salade composée \_\_\_\_\_ x 15,10€ = \_\_\_\_\_  
(Plat et sa garniture seuls)

\* Nombre de entrée/potage ou fromage ou dessert supp. \_\_\_\_\_ x 2,00€ = \_\_\_\_\_

\* Nombre de baguettes tradition ou boules tranchées \_\_\_\_\_ x 2,80€ = \_\_\_\_\_

\* Nombre de petits pains et/ou bouteilles eau \_\_\_\_\_ x 0,70€ = \_\_\_\_\_

Montant TOTAL à régler: \_\_\_\_\_