



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

## MENU SANS VIANDE

### Déjeuner

### Dîner

**Lundi**  
9-déc.

” Entrée chaude : Tarte légumes provençale  
Salade de pousse de soja vinaigrette  
**PAVE DE POISSON A LA NAPOLITAINE**  
**Pâtes papillon**  
Yaourt nature  
Salade de fruits au naturel

Potage Clamart  
Sardine, salade & citron  
**CREPE AU FROMAGE**  
**Chou-fleur béchamel**  
Tomme noire en tranche  
Pomme

**Mardi**  
10-déc.

” Taboulé  
**FALAFELS AUX FEVES MENTHE ET CORIANDRE SAUCE CHASS**  
**Navets au curry**  
Edam en tranche  
Orange

” Potage Fontange  
Céleri râpé à l'indienne  
**COLOMBO DE POISSON**  
**Riz créole**  
Yaourt brassé  
Tarte au citron

**Mercredi**  
11-déc.

” Entrée chaude : Chausson jambon de dinde fromage  
Salade de pâtes piémontaise (Pâtes, œuf dur, tomate)  
**TARTE AU FROMAGE**  
**Poêlée forestière**  
Yaourt nature  
Poire

” Potage Freneuse  
Radis  
**FILET DE HOKI SAUCE CIBOULETTE**  
**Boulgour**  
Brebicrème  
Liégeois café

**Jeudi**  
12-déc.

” Salade de chou rouge aux pommes à l'ancienne  
**DOS DE COLIN SAUCE CITRON PERSILLE**  
**Pommes noisettes**  
Mimolette en tranche  
Purée pomme-fraise s/sucre

” Potage Soissons  
Betteraves cuites à l'estragon  
**BOULETTES TOMATE MOZZARELLA SAUCE TOMATE**  
**Julienne de légumes**  
Fromage blanc  
Pomme

**Vendredi**  
13-déc.

” Entrée chaude : Crêpe à l'emmental  
Carottes râpées au basilic  
**CREPE AUX CHAMPIGNONS**  
**Petits pois carottes**  
Yaourt brassé  
Eclair à la vanille

” Potage Santé  
Mousse de légumes  
**FILET DE POISSON MEUNIERE & CITRON**  
**Ecrasé de pommes de terre**  
Tomme noire en tranche  
Banane

**Samedi**  
14-déc.

” Entrée chaude : Tarte chèvre tomate basilic  
Salade verte  
**QUENELLES DE BROCHET SAUCE A L'OSEILLE**  
**Penne**  
Duo de fromage  
Fromage blanc au miel

” Potage Cultivateur  
Salade de riz, maïs et petits pois  
**ŒUFS BROUILLES BASQUAISE**  
**Poêlée méridionale**  
Yaourt aromatisé  
Clémentines

**Dimanche**  
15-déc.

” Entrée chaude : Pizza champignon  
Salade de blé aux petits légumes  
**TARTE CHEVRE TOMATE BASILIC (PLAT COMPLET)**  
Yaourt nature  
Orange

” Potage Provençal  
Fenouil râpé vinaigrette  
**SAUMONETTE SAUCE PROVENCALE**  
**Riz créole**  
Cantafras  
Mousse au chocolat



**Bon de Commande**  
**MENU SANS VIANDE**

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

Déjeuner

Dîner

Lundi 9-déc.	<p>Entrée chaude : Tarte légumes provençale Salade de pousse de soja vinaigrette <b>PAVE DE POISSON A LA NAPOLITAINE</b> <b>Pâtes papillon</b> Yaourt nature Salade de fruits au naturel</p>	<p>Potage Clamart Sardine, salade &amp; citron <b>CREPE AU FROMAGE</b> <b>Chou-fleur béchamel</b> Tomme noire en tranche Pomme</p>
Mardi 10-déc.	<p>Taboulé - <b>FALAFELS AUX FEVES MENTHE ET CORIANDRE SAUCE CHASS</b> <b>Navets au curry</b> Edam en tranche Orange</p>	<p>Potage Fontange Céleri râpé à l'indienne <b>COLOMBO DE POISSON</b> <b>Riz créole</b> Yaourt brassé Tarte au citron</p>
Mercredi 11-déc.	<p>Entrée chaude : Chausson jambon de dinde fromage Salade de pâtes piémontaise (Pâtes, œuf dur, tomate) <b>TARTE AU FROMAGE</b> <b>Poêlée forestière</b> Yaourt nature Poire</p>	<p>Potage Freneuse Radis <b>FILET DE HOKI SAUCE CIBOULETTE</b> <b>Boulgour</b> Brebicrème Liégeois café</p>
Jeudi 12-déc.	<p>Salade de chou rouge aux pommes à l'ancienne - <b>DOS DE COLIN SAUCE CITRON PERSILLE</b> <b>Pommes noisettes</b> Mimolette en tranche Purée pomme-fraise s/sucre</p>	<p>Potage Soissons Betteraves cuites à l'estragon <b>BOULETTES TOMATE MOZZARELLA SAUCE TOMATE</b> <b>Julienne de légumes</b> Fromage blanc Pomme</p>
Vendredi 13-déc.	<p>Entrée chaude : Crêpe à l'emmental Carottes râpées au basilic <b>CREPE AUX CHAMPIGNONS</b> <b>Petits pois carottes</b> Yaourt brassé Eclair à la vanille</p>	<p>Potage Santé Mousse de légumes <b>FILET DE POISSON MEUNIERE &amp; CITRON</b> <b>Ecrasé de pommes de terre</b> Tomme noire en tranche Banane</p>
Samedi 14-déc.	<p>Entrée chaude : Tarte chèvre tomate basilic Salade verte <b>QUENELLES DE BROCHET SAUCE A L'OSEILLE</b> <b>Penne</b> Duo de fromage Fromage blanc au miel</p>	<p>Potage Cultivateur Salade de riz, maïs et petits pois <b>ŒUFS BROUILLES BASQUAISE</b> <b>Poêlée méridionale</b> Yaourt aromatisé Clémentines</p>
Dimanche 15-déc.	<p>Entrée chaude : Pizza champignon Salade de blé aux petits légumes <b>TARTE CHEVRE TOMATE BASILIC (PLAT COMPLET)</b> - Yaourt nature Orange</p>	<p>Potage Provençal Fenouil râpé vinaigrette <b>SAUMONETTE SAUCE PROVENCALE</b> <b>Riz créole</b> Cantafrais Mousse au chocolat</p>

**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.

<b>Baguette tradition ou boules tranchées (2,80€)</b>	<b>Petits pains et/ou bouteilles d'eau (0,70€)</b>
<b>Jour de livraison</b>	<b>Jour de livraison</b>
<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:** \_\_\_\_\_