

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, janvier 05, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MACEDOINE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	FILET DE POULET AU JUS		BOURGIN	
	PATES		POMME BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	YAOURT AUX FRUITS 0%			
mardi, janvier 06, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	RADIS		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU A LA TOMATE		RONDELE BIO	
	POELEE GOURMANDE AUX CEREALES / LEGUMES		COMPOTE DE FRUITS	
	YAOURT NATURE			
	ORANGE BIO			
mercredi, janvier 07, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI		POTAGE DU JOUR	
	POSSON BLANC SAUCE LAIT DE COCO ET CURRY		CANTAL AOP	
	SEMOULE ET LEGUMES SAVEUR DES ILES		FLAN NAPPE CARAMEL BIO	
	FROMAGE BLANC BIO			
	TARTE AUX POMMES SANS SUCRE			
jeudi, janvier 08, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE POISSON		PORT SALUT	
	PLAT COMPLET		POIRE	
	PETIT SUISSE NATURE BIO			
	COMPOTE POMMES PRUNEAUX SANS SUCRE			
vendredi, janvier 09, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		EMMENTAL	
	RIZ / CAROTTES		CLEMENTINE	
	YAOURT NATURE BIO LOCAL IDF			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
samedi, janvier 10, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR		POTAGE DU JOUR	
	POULET CHAMPIGNONS		SAINT PAULIN BIO	
	PUREE DE BUTTERNUT		ARLEQUIN DE FRUITS AU SIROP BIO	
	FAISSELLE			
	COMPOTE DE POMME SANS SUCRE			
dimanche, janvier 11, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHAMPIGNONS FRAIS		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		COULOMMIERS	
	PDT / CAROTTES		POMME	
	FROMAGE SANS SEL			
	ORANGE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, janvier 12, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTES DE VOLAILLES SAUCE BARBECUE		SAINT AGUR	
	COQUILLETES COURGETTES		YAOURT AROMATISE BIO LOCAL IDF	
	YAOURT NATURE			
mardi, janvier 13, 2026	POMME BIO			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		YAOURT NATURE BIO LOCAL IDF	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES		KIWI	
mercredi, janvier 14, 2026	FROMAGE SANS SEL			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU A LA TOMATE		CANTAL AOP	
jeudi, janvier 15, 2026	POEELE GOURMANDE CEREALES / LEGUMES		COMPOTE POMME/ POIRE	
	YAOURT NATURE			
	ENTREMET SANS SUCRE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE VERTE		POTAGE DU JOUR	
vendredi, janvier 16, 2026	TAJINE DE POULET		BLEU	
	RIZ / CAROTTES		ANANAS FRAIS	
	PETIT SUISSE BIO			
	MOUSSE SANS SUCRE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
samedi, janvier 17, 2026	SARDINE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOUCHEES DE POISSON PANE		MINI BRIN	
	POEELE DE POMME DE TERRE		CLEMENTINES	
	FROMAGE SANS SEL			
	ENTREMET SANS SUCRE			
dimanche, janvier 18, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	RADIS BEURRE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE DE BOEUF HONGROISE		TOMME BLANCHE	
	PATES AUX PETITS LEGUMES		BANANE BIO	
	FAISSELLE			
	MADELEINE SANS SUCRE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE MACHE		POTAGE DU JOUR	
	ESCALOPE DE VOLAILLE AU JUS		PAVE D'AFFINOIS	
	PUREE DE PDT / PUREE DE BROCOLIS		ORANGE BIO	
	FROMAGE BLANC NATURE BIO			
	COMPOTE DE POMME POIRE SANS SUCRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, janvier 19, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	COLOMBO DE DINDE		EMMENTAL BIO	
	PUREE PDT / CAROTTES		COMPOTE DE FRUITS	
	FROMAGE SANS SEL			
	POMME BIO			
mardi, janvier 20, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	RADIS		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE D'AGNEAU		PETIT CABRAY	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES ORIENTALE		COMPOTE POMME BANANE	
	YAOURT NATURE			
	CLEMENTINES			
mercredi, janvier 21, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE FRISEE		POTAGE DU JOUR	
	COLIN BASILIC		EMMENTAL	
	RIZ AUX PETITS LEGUMES		KIWI	
	YAOURT BRASSE NATURE			
	COMPOTE DE POMME SANS SUCRE			
jeudi, janvier 22, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE		POTAGE DU JOUR	
	FILET DE POULET AU JUS		SAINT ALBRAY	
	PATES		POIRE	
	FROMAGE BLANC NATURE BIO			
	POIRE			
vendredi, janvier 23, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MACEDOINE		POTAGE DU JOUR	
	CHILI CON CARNE		GOUDA BIO	
	PLAT COMPLET		COMPOTE POMME MANGUE	
	FROMAGE SANS SEL			
	COMPOTE DE POMME BANANE SS SUCRE			
samedi, janvier 24, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	TABOULE		POTAGE DU JOUR	
	OEUFs BROUILLES		YAOURT BIO LOCAL IDF	
	PUREE DE CAROTTES		BANANE	
	YAOURT NATURE			
	ENTREMET FRAMBOISE SANS SUCRE			
dimanche, janvier 25, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU BLANC		POTAGE DU JOUR	
	PARENTIER DE CANARD		YAOURT BIFIDUS NATURE	
	PALT COMPLET		POMME	
	YAOURT BIFIDUS NATURE			
	COMPOTE POMMES PRUNEAUX SS SUCRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, janvier 26, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE D'ENDIVES		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		MILANETTE	
	RIZ / CAROTTES		CLEMENTINE	
	FAISSELLE			
mardi, janvier 27, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	COLIN		SAINT PAULIN	
	BOUGHOUR / RATATOUILLE		KIWI	
	FROMAGE BLANC			
mercredi, janvier 28, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU ROUGE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		BREBICREME	
	POMME DE TERRE / CAROTTES		CLEMENTINES	
	FAISSELLE			
jeudi, janvier 29, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	TABOULE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE DE VOLAILLE SAUCE BARBECUE		BABYBEL BIO	
	COQUILLETES / COURGETTES		FROMAGE BLANC AUX FRUITS	
	FROMAGE SANS SEL			
vendredi, janvier 30, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS		POTAGE DU JOUR	
	POISSON SAUCE ANETH		MILANETTE	
	POMME DE TERRE		POIRE	
	YAOURT NATURE			
samedi, janvier 31, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	RADIS BEURRE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU A LA TOMATE		CAMEMBERT	
	POELEE GOURMANDE CEREALES / LEGUMES		BANANE	
	YAOURT BRASSE NATURE			
dimanche, février 01, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR		POTAGE DU JOUR	
	TAJINE DE POULET		PETIT SUISSE BIO	
	RIZ / CAROTTES		ORANGE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	YAOURT FRUITS 0%			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, février 02, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU ROUGE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	PENNE RIGATE BOLOGNESE		EMMENTAL BIO	
	PLAT COMPLET		YAOURT BRASSE AUX FRUITS	
	YAOURT NATURE			
mardi, février 03, 2026	POIRE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE DE BOEUF HONGROISE		FROMAGE BLANC	
	PATES AUX PETITS LEGUMES		COMPOTE DE FRUITS	
mercredi, février 04, 2026	FROMAGE SANS SEL			
	POMME BIO			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	TABOULE		POTAGE DU JOUR	
	ESCALOPE DE VOLAILLE AU JUS		FROMAGE FOUETTE	
jeudi, février 05, 2026	PUREE DE PDT / PUREE DE BROCOLIS		CLEMENTINE	
	YAOURT NATURE			
	CLEMENTINE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU BLANC		POTAGE DU JOUR	
vendredi, février 06, 2026	BOEUF BOURGUIGNON		SAINT PAULIN BIO	
	PUREE DE PDT / CAROTTES		BANANE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	TARTE POMMES SANS SUCRE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
samedi, février 07, 2026	SARDINES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTES D'AGNEAU		CAMEMBERT	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES ORIENTALE		FLAN NAPPE CAMEL	
	YAOURT BRASSE NATURE			
	YAOURT AUX FRUITS 0%			
dimanche, février 08, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE D'ENDIVE		POTAGE DU JOUR	
	COLIN BASILIC		MONT CENDRE	
	RIZ AUX PETITS LEGUMES		COMPOTE DE FRUIT	
	PETIT SUISSE BIO			
	ORANGE			
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHAMPIGNONS FRAIS		POTAGE DU JOUR	
	POISSON CREME D'AMANDES		COMTE AOP	
	RIZ JAUNE / PETITS LEGUMES		POMME BIO	
	FAISSELLE			
	COMPOTE POMME BANANE SANS SUCRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, février 09, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU A LA TOMATE		CABRETTE BIO	
	POELEE GOURMANDE AUX CEREALES / LEGUMES		FRUIT DU JOUR	
	FROMAGE SANS SEL			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
mardi, février 10, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BLANC SAUCE LAIT DE COCO ET CURRY		COULOMMIERS	
	SEMOULE ET LEGUMES SAVEUR DES ILES		YAOURT AROMATISE BIO LOCAL IDF	
	PETIT SUISSE BIO			
	YAOURT AUX FRUITS			
mercredi, février 11, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	STEACK HACHE		EMMENTAL BIO	
	PATES		RIZ AU LAIT	
	FAISSELLE			
	COMPOTE DE PECHE SANS SUCRE			
jeudi, février 12, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES ROUGE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		YAOURT NATURE BIO LOCAL	
	RIZ / CAROTTES		POIRE	
	FROMAGE SANS SEL			
	TARTE AUX POMMES SANS SUCRE			
vendredi, février 13, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	COLIN		MUNSTER AOP	
	BOULGOUR / RATATOUILLE		BANANE BIO	
	FROMAGE BLANC BIO			
	ENTREMET SANS SUCRE			
samedi, février 14, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS		POTAGE DU JOUR	
	ROTI DE DINDE AU JUS		COMTE AOP	
	JARDINIERE DE LEGUMES		CREME DESSERT CHOCOLAT	
	YAOURT NATURE			
	COMPOTE DE POMMES FRAISE SS SUCRE			
dimanche, février 15, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE DE VOLAILLE SAUCE BARBECUE		CARRE FRAIS 1/2 SEL	
	COQUILLETES / COURGETTES		MOUSSE AU CHOCOLAT BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	COMPOTE DE POMME SANS SUCRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, février 16, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SARDINE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	POULET ROUGAIL TOMATE		BRIE	
	RIZ		ORANGE	
	YAOURT NATURE BIO LOCAL IDF			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
mardi, février 17, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTE RAPEE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	CUISSE DE POULET		CHANTENEIGE	
	PRINTANIERE DE LEGUMES		POMME	
	FROMAGE BLANC BIO			
	ENTREMET SANS SUCRE			
mercredi, février 18, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE POMME DE TERRE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	TAJINE DE POULET		FROMAGE FOUETTE	
	RIZ / CAROTTES		BEIGNET FRAMBOISE	
	FROMAGE SANS SEL			
	COMPOTE SANS SUCRE			
jeudi, février 19, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE MACHE		POTAGE DU JOUR	
	PENNE REGATE		CAMEMBERT	
	PALT COMPLET		BANANE BIO	
	PETIT SUISSE BIO			
	BANANE BIO			
vendredi, février 20, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MACEDOINE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTES DE BOEUF HONGROISE		SAINT AGUR	
	PATES AUX PETITS LEGUMES		ARLEQUIN DE FRUITS BIO	
	YAOURT NATURE			
	MOUSSE SANS SUCRE			
samedi, février 21, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	RADIS BEURRE		POTAGE DU JOUR	
	ESCALOPE DE VOLAILLE AU JUS		CANTAL AOP	
	PUREE DE PDT / PUREE DE BROCOLIS		POIRE	
	FROMAGE SANS SEL			
	TARTE AUX POMMES SANS SUCRE			
dimanche, février 22, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR		POTAGE DU JOUR	
	COLOMBO DE DINDE		TOMME GRISE BIO	
	RIZ BASMATI AUX PETITS LEGUMES		FROMAGE BLANC SUR LIT DE FRUITS	
	YAOURT NATURE			
	PRUNEAUX SANS SUCRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, février 23, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTES D'AGNEAU		BABYBEL	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES ORIENTALE		ORANGE	
	FROMAGE SANS SEL			
	MADELEINE SANS SUCRE			
mardi, février 24, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE CANARD		CAMEMBERT	
	PLAT COMPLET		POMME BIO	
	YAOURT NATURE			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
mercredi, février 25, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE BETTERAVES		POTAGE DU JOUR	
	FILET DE POULET AU JUS		EDAM BIO	
	PATES		ORANGE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	MOUSSE SANS SUCRE			
jeudi, février 26, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU A LA TOMATE		FOURME D'AMBERT AOP	
	POEELE GOURMANDE AUX CEREALES / LEGUMES		COMPOTE POMME BANANE	
	PETIT SUISSE BIO			
	TARTE POMMES SANS SUCRE			
vendredi, février 27, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BLANC SAUCE LAIT DE COCO ET CURRY		CHEVRETINE	
	SEMOULE ET LEGUMES SAVEUR DES ILES		CREME DESSERT VANILLE BIO	
	YAOURT NATURE			
	SEGMENTS D'ORANGE NATURE			
samedi, février 28, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES		POTAGE DU JOUR	
	STEAK HACHE		FROMAGE BLANC BIO	
	PATES		PECHE AU SIROP	
	FROMAGE SANS SEL			
	POIRE AU NATUREL			
dimanche, mars 01, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE MACHE		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		GOUDA	
	RIZ / CAROTTES		COMPOTE DE FRUIT	
	YAOURT NATURE BIO LOCAL IDF			
	KIWI			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, mars 02, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	POULET CHAMPIGNONS		RONDELE NATURE BIO	
	PUREE BUTTERNUT		FRUIT	
	FROMAGE SANS SEL			
	MOUSSE SANS SUCRE			
mardi, mars 03, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	ROTI DE DINDE AU JUS		CAMEMBERT BIO	
	JARDINIERE DE LEGUMES		COMPOTE POMME BIO	
	PETIT SUISSE NATURE BIO			
	MADELEINE SANS SUCRE			
mercredi, mars 04, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU ROUGE		POTAGE DU JOUR	
	FRICASSEE DE POISSON CREME A LA MOUTARDE		FRAIDOU	
	RIZ / POELEE DE CAROTTES		ANANAS FRAIS	
	YAOURT NATURE			
	COMPTE POMMES BANANES SANS SUCRE			
jeudi, mars 05, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE PDT		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		CAMEMBERT	
	SEMOULE POELEE DE LEGUMES		TARTE AU CHOCOLAT	
	FROMAGE SANS SEL			
	TARTE AUX POMMES SANS SUCRE			
vendredi, mars 06, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SARDINES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	CUISSE DE POULET		ORTOLAN BIO	
	FARFALLES		POIRE	
	YAOURT NATURE BIO LOCAL IDF			
	ENTREMET SANS SUCRE			
samedi, mars 07, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE		POTAGE DU JOUR	
	TAJINE DE POULET		CHANTEREINE	
	RIZ / CAROTTES		BANANE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	ENTREMET SANS SUCRE			
dimanche, mars 08, 2026	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE MACHE		POTAGE DU JOUR	
	PENNE REGATE BOLOGNAISE		SAINT AGUR	
	PLAT COMPLET		ORANGE BIO	
	FAISSELLE			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			