

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, juillet 07, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SARDINES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTES VOLAILLE		SAINTE PAULIN BIO	
	COQUILLETES / COURGETTES		NECTARINE	
mardi, juillet 08, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MELON CHARENTAIS		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		VACHE PICON	
	POELEE DE LEGUMES		KIWI	
mercredi, juillet 09, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES		POTAGE DU JOUR	
	POULET CHAMPIGNONS		BABYBEL BIO	
	PUREE BUTTERNUT		FLAN NAPPE CAMEL BIO	
jeudi, juillet 10, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	TAJINE DE POULET		COMTE AOP	
	SEMOULE / CAROTTES		YAOURT AUX FRUITS	
vendredi, juillet 11, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	PENNE RIGATE BOLOGNESE		SAINTE MORET	
	(PLAT COMPLET)		ANANAS AU SIROP	
samedi, juillet 12, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MACEDOINE MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF HONGROISE		COULOMMIERS	
	PATES / PETITS LEGUMES		PECHE	
dimanche, juillet 13, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS SANS SUCRE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON MEUNIERE		CABRETTE BIO	
	PATE / COURGETTES		POMME	
	REPAS REGIME - cocher :			
	FROMAGE SANS SEL			
	PECHE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, juillet 14, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE TOMATE		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF BOURGUIGNON		CANTAL AOP	
	PUREE PDT CAROTTES		MOUSSE CAFE	
	YAOURT NATURE			
COMPOTE DE PECHE SANS SUCRE				
mardi, juillet 15, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MELON CHARENTAIS		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE AGNEAU		CAMEMBERT BIO	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES		NECTARINE	
	FROMAGE SANS SEL			
NECTARINE				
mercredi, juillet 16, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES		POTAGE DU JOUR	
	STEAK HACHE		TARTARE AUX NOIX	
	PATES		POMME	
	YAOURT NATURE			
ABRICOT				
jeudi, juillet 17, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		MINI BRIN	
	RIZ / CAROTTES		COMPOTE DE FRUITS	
	FROMAGE SANS SEL			
PECHE				
vendredi, juillet 18, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	PATEQUE		POTAGE DU JOUR	
	COLIN		TOMME BLANCHE	
	BOULGOUR / RATATOUILLE		YAOURT AROMATISE BIO LOCAL IDF	
	PETIT SUISSE NATURE			
BANANE				
samedi, juillet 19, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	ROTI DE DINDE		BABYBEL BIO	
	JARDINIERE DE LEGUMES		COMPOTE DE POMMES BIO	
	YAOURT NATURE			
NECTARINE				
dimanche, juillet 20, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	FRICASSEE DE POISSON		KIRI BIO	
	RIZ / CAROTTES		POMME	
	FROMAGE SANS SEL			
COMPOTE POMMES PRUNEAUX SS SUCRE				

NOM DU CONVIVE : _____

N° _____

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, juillet 21, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	CHOU BLANC VINIAGRETTE	POTAGE DU JOUR
	SAUTE DE BOEUF	CABRETTE BIO
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES	FRUIT DU JOUR
	YAOURT NATURE	
TARTE AUX POMMES SANS SUCRE		
mardi, juillet 22, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	MELON	POTAGE DU JOUR
	CUISSE DE POULET	MILANETTE
	FARFALLES	MOUSSE AU CITRON
	FROMAGE BLANC BIO	
NECTARINE		
mercredi, juillet 23, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	SALADE DE TOMATE	POTAGE DU JOUR
	TAJINE DE POULET	SAINT NECTAIRE
	CAROTTES	CUBES DE PECHE AU SIROP
	FROMAGE FRAIS FOUETTE	
FORET NOIRE SANS SUCRE		
jeudi, juillet 24, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	CONCOMBRE VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	BOUCHEES DE POISSON PANE	EMMENTAL BIO
	POEELE PDT	ANANAS AU SIROP
	FROMAGE BLANC NATURE	
ABRICOT		
vendredi, juillet 25, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	CAROTTES CUITES AU CUMIN	POTAGE DU JOUR
	BOEUF HONGROISE	ORTOLAN BIO
	PATES PETITS LEGUMES	ARLEQUIN DE FRUITS
	FROMAGE SANS SEL	
PASTEQUE		
samedi, juillet 26, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	MELON CHARENTAIS	POTAGE DU JOUR
	COLOMBO DE DINDE	SAINT MORET
	RIZ PETITS LEGUMES	CREME DESSERT VANILLE
	YAOURT NATURE	
COMPOTE DE PECHE SANS SUCRE		
dimanche, juillet 27, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	CHOU BLANC VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	POULET ROUGAILLE TOMATE	CANTAFRAIS
	RIZ	POMME BIO
	FROMAGE BLANC FOUETTE	
POMME		

NOM DU CONVIVE : _____

N° _____

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, juillet 28, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	OEUF DUR MAYONNAISE	POTAGE DU JOUR
	SAUTE DE BOEUF	COULOMMIERS
	SEMOULE / POELEE DE LEGUMES	PETIT SUISSE AUX FRUITS
	YAOURT NATURE BIO	
	PRUNES	
mardi, juillet 29, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	MACEDOINE MAYONNAISE	POTAGE DU JOUR
	POISSON CREME	RONDELE AU POIVRE
	RIZ LEGUMES	ARLEQUIN DE FRUITS
	FROMAGE SANS SEL	
	COMPOTE DE POIRE SANS SUCRE	
mercredi, juillet 30, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	BETTERAVES VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	CHILI CON CARNE REGIME	TARTARE AIL ET FINES HERBES
	(PLAT COMPLET)	ABRICOT
	YAOURT NATURE	
	ABRICOT	
jeudi, juillet 31, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	MELON CHARENTAIS	POTAGE DU JOUR
	POISSON BLANC COCO	CANTAL AOP
	SEMOULE / LEGUMES	CREME DESSERT PISTACHE
	FROMAGE BLANC NATURE BIO	
	SEGMENTS D'ORANGE A LA CANELLE	
vendredi, août 01, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	1/2 POMELOS SANS SUCRE	POTAGE DU JOUR
	ESCALOPE DE VOLAILLE	GOUDA BIO
	PUREE DE PDT ET BROCOLIS	MOUSSE AUX FRUITS
	FROMAGE SANS SEL	
	COMPOTE DE POMME SANS SUCRE	
samedi, août 02, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE HARICOTS VERTS	POTAGE DU JOUR
	TAJINE DE POULET	SAINT PAULIN BIO
	SEMOULE / CAROTTES	CREME DESSERT CAFE
	YAOURT NATURE	
	PECHE	
dimanche, août 03, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CAROTTES RAPEES	POTAGE DU JOUR
	BOULETTE AGNEAU	EMMENTAL BIO
	SEMOULE / POELEE DE LEGUMES	BEIGNET FRAMBOISE
	FROMAGE SANS SEL	
	FORET NOIRE SANS SUCRE	

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, août 04, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF BOURGUIGNON		CAMEMBERT	
	PUREE DE PDT CAROTTES		CREME DESSERT CHOCOLAT	
	YAOURT NATURE BIO			
	COMPOTE DE PECHE			
mardi, août 05, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTES DE VOLAILLE BBQ		CANTAL AOP	
	COQUILLETES COURGETTES		COMPOTE DE FRUIT	
	FAISSELLE			
	NECTARINE			
mercredi, août 06, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU ROUGE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE CANARD		COULOMMIERS	
	(PLAT COMPLET)		NECTARINE	
	FAISSELLE			
	NECTARINE			
jeudi, août 07, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT SAUCE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON CREME		TARTARE AUX NOIX	
	RIZ / LEGUMES		MOSAIQUE DE FRUITS	
	FROMAGE BLANC FOUETTE			
	COMPOTE DE POMME PRUNEAUX			
vendredi, août 08, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MELON CHARENTAIS		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU		CANTADOU	
	POEEE CEREALES / LEGUMES		CREME DESSERT VANILLE	
	FROMAGE BLANC NATURE BIO			
	BANANE			
samedi, août 09, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS SANS SUCRE		POTAGE DU JOUR	
	OMELETTE		MINI BRIN	
	PDT / DUO DE CAROTTES		COMPOTE DE FRUITS	
	FROMAGE SANS SEL			
	POIRE AU NATUREL SANS SUCRE			
dimanche, août 10, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	STEAK HACHE		FRAIDOU	
	PATES		KIWI	
	YAOURT NATURE			
	FRUIT DU JOUR			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, août 11, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	DUO DE CRUDITE SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	BLANQUETTE DE VEAU	GRUYERE AOP
	RIZ / CAROTTES	MOUSSE AU CHOCOLAT
	FROMAGE SANS SEL	
	FRUIT DE SAISON	
mardi, août 12, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CHOU BLANC VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	COLIN	VACHE QUI RIT BIO
	BOULGOUR / RATATOUILLE	PUREE DE POMMES ABRICOTS
	FROMAGE BLANC NATURE	
	NECTARINE	
mercredi, août 13, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	OEUF DUR MAYONNAISE	POTAGE DU JOUR
	BOEUF BOURGUIGNON	SAMOS
	PUREE PDT / CAROTTES	PRUNES
	FROMAGE SANS SEL	
	FORET NOIRE SANS SUCRE	
jeudi, août 14, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	1/2 POMELOS	POTAGE DU JOUR
	TAJINE DE POULET	YAOURT BRASSE NATURE
	SEMOULE / CAROTTES	COMPOTE DE FRUITS
	YAOURT BRASSE NATURE	
	ABRICOTS	
vendredi, août 15, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE MACHE	POTAGE DU JOUR
	PENNE RIGATE BOLOGNESE	DELICE FONDU AU CAMEMBERT
	(PLAT COMPLET)	CANNELES BORDELAIS
	FROMAGE SANS SEL	
	TARTE AUX POMMES SANS SUCRE	
samedi, août 16, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	MELON - ENTREE	POTAGE DU JOUR
	BOEUF HONGROISE	CROC AU LAIT
	PATES / PETITS LEGUMES	YAOURT AUX FRUITS
	PETIT SUISSE NATURE	
	COMPOTE DE PECHE SANS SUCRE	
dimanche, août 17, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	AVOCAT SAUCE MAYONNAIE	POTAGE DU JOUR
	ESCALOPE VOLAILLE	PETIT CABRAY
	PUREE PDT / BROCOLIS	PECHE
	FROMAGE SANS SEL	
	MADELEINE SANS SUCRE	

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, août 18, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	COLOMBO DE DINDE		MONTCENDRE	
	RIZ ET PETITS LEGUMES		PRUNES	
	YAOURT NATURE			
	POMME			
mardi, août 19, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU ROUGE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE AGNEAU		BOMBEL	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES		NECTARINE	
	YAOURTH NATURE			
	NECTARINE			
mercredi, août 20, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE CANARD		CHEVETINE	
	(PLAT COMPLET)		CREME DESSERT CHOCOLAT	
	FROMAGE BLANC BIO			
	ABRICOT			
jeudi, août 21, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	FILET DE POULET		CHANTENEIGE	
	PATES		COMPOTE DE POMME BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	COMPOTE DE POMME / FRAISE SANS SUCRE			
vendredi, août 22, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MELON CHARENTAIS		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU		SAINT PAULIN BIO	
	POEELE CEREALES / LEGUMES		MOUSSE AU CHOCOLAT	
	PETIT SUISSE BIO			
	PECHE			
samedi, août 23, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE TOMATES		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BLANC COCO		KIRI BIO	
	SEMOULE LEGUMES		COMPOTE POMME PASSION	
	FAISSELLE			
	PRUNES			
dimanche, août 24, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE CHAMPIGNONS		POTAGE DU JOUR	
	STEAK HACHE		TARTARE AIL ET FINES HERBES	
	PATES		CREME DESSERT VANILLE	
	FROMAGE SANS SEL			
	ABRICOTS			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, août 25, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MELON CHARENTAIS		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		MILANETTE	
	RIZ / CAROTTES		COMPOTE DE FRUITS	
	FROMAGE SANS SEL			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
mardi, août 26, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE TOMATE		POTAGE DU JOUR	
	COLIN		BRIE	
	BOULGOUR / RATATOUILLE		COUPELLE DE PECHE AU SIROP	
	FROMAGE BLANC BIO			
	NECTARINE			
mercredi, août 27, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		CAMEMBERT	
	POMME DE TERRE / CAROTTES		RIZ AU LAIT BIO	
	YAOURT NATURE			
	SEGMENTS D'ORANGE			
jeudi, août 28, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	TABOULE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE VOLAILLE		SAINT BRICET	
	COQUILLETES / COURGETTES		COMPOTE DE FRUITS	
	FROMAGE SANS SEL			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
vendredi, août 29, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT SAUCE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		MILANETTE	
	SEMOULE POEELE DE LEGUMES		POIRE AU SIROP	
	YAOURT NATURE			
	PUREE DE POMMES POIRES SS SUCRE			
samedi, août 30, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SARDINE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU		CABRETTE BIO	
	POEELE CEREALES / LEGUMES		CREME DESSERT PISTACHE	
	FROMAGE SANS SEL			
	PECHE			
dimanche, août 31, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	PASTEQUE		POTAGE DU JOUR	
	TAJINE POULET		CHANTENEIGE BIO	
	SEMOULE / CAROTTES		PUREE POMME POIRE BIO	
	PETIT SUISSE SANS SUCRE			
	COMPOTE POMME PRUNEAU SS SUCRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, septembre 01, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	1/2 POMELOS SANS SUCRE		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF HONGROISE		COULOMMIERS	
	PATES PETITS LEGUMES		CREME RENVERSEE	
	FROMAGE SANS SEL			
COMPOTE DE POMME BANANE SS SUCRE				
mardi, septembre 02, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	ESCALOPE VOLAILLE		BOURSIN	
	PUREE POMME DE TERRE BROCOLIS		POMME BIO	
	YAOURT NATURE			
FORET NOIRE SANS SUCRE				
mercredi, septembre 03, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	MELON		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF BOURGUIGNON		CHANTENEIGE BIO	
	PUREE POMME DE TERRE CAROTTES		COMPOTE POMMES ABRICOT BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
PRUNES				
jeudi, septembre 04, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	PASTEQUE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE AGNEAU		CANTAL AOP	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES		CREME DESSERT VANILLE	
	PETIT SUISSE BIO			
PRUNES				
vendredi, septembre 05, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CAROTTES RAPEES		POTAGE DU JOUR	
	POULET CHAMPIGNONS		CANTAFRAIS	
	PUREE BUTTERNUT		SALADE DE FRUITS ACAPULCO	
	YAOURT NATURE BIO			
COMPOTE DE POMME SANS SUCRE				
samedi, septembre 06, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	SALADE DE TOMATE		POTAGE DU JOUR	
	ROTI DE DINDE		CROC AU LAIT	
	JARDINIERE DE LEGUMES		YAOURT BRASSE AUX FRUITS BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
FIGUE FRAICHE				
dimanche, septembre 07, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	MELON		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		RONDELE NATURE	
	POMMES DE TERRE / CAROTTES		POIRE	
	FROMAGE BLANC BIO			
CUBES DE MANGUE SANS SUCRE				

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, septembre 08, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	MACEDOINE MAYONNAISE	POTAGE DU JOUR
	BOULETTE VOLAILLE	CANTAL AOP
	COQUILLETES / COURGETTES	LIEGEOIS CHOCOLAT BIO
	FROMAGE SANS SEL	
YAOURT AUX FRUITS 0%		
mardi, septembre 09, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CHOU BLANC SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	POISSON BLANC COCO	EMMENTAL BIO
	SEMOULE / LEGUMES	PETIT SUISSE AUX FRUITS BIO
	YAOURT NATURE	
NECTARINE		
mercredi, septembre 10, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE POMME DE TERRE SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	STEAK HACHE	CANTAL AOP
	PATES	CREME DESSERT CHOCOLAT BIO
	FROMAGE SANS SEL	
ANANAS FRAIS		
jeudi, septembre 11, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	AVOCAT SAUCE VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	BLANQUETTE DE VEAU	ROQUEFORT AOP
	RIZ / CAROTTES	COMPOTE DE FRUIT
	FROMAGE BLANC BIO	
RAISIN BLANC		
vendredi, septembre 12, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CONCOMBRE VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	POULET CHAMPIGNON	FROMAGE FONDU
	PUREE BUTTERNUT	FROMAGE BLANC AUX FRUITS
	PETIT SUISSE NATURE BIO	
FORET NOIRE SANS SUCRE		
samedi, septembre 13, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE CHOUX PANACHES	POTAGE DU JOUR
	SAUTE DE BOEUF	FROMAGE FONDU
	POMMES DE TERRE / CAROTTES	MOUSSE AU CHOCOLAT
	YAOURT NATURE	
KIWI		
dimanche, septembre 14, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CAROTTES RAPEES	POTAGE DU JOUR
	BOULETTES AU BOEUF	SAINT NECTAIRE
	PATES ET LEGUMES	ANANAS AU SIROP
	FROMAGE SANS SEL	
PRUNES		

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, septembre 15, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BOUILLON		MILANETTE	
	PATES		GATEAU DE SEMOULE	
	FROMAGE BLANC BIO			
	FIGUE FRAICHE			
mardi, septembre 16, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU		EMMENTAL BIO	
	POEEE CEREALES / LEGUMES		PRUNES	
	PETIT SUISSE			
	NASHI			
mercredi, septembre 17, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	TAJINE DE POULET		GOUDA BIO	
	SEMOULE / CAROTTES		YAOURT VANILLE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	TARTE AUX POMMES SANS SUCRE			
jeudi, septembre 18, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	PENNE RIGATE BOLOGNESE		SAMOS	
	(PLAT COMPLET)		COMPOTE DE POMME BIO	
	YAOURT NATURE			
	COMPOTE DE PECHE SANS SUCRE			
vendredi, septembre 19, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MELON JAUNE		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF HONGROISE		CARRE FRAIS 1/2 SEL	
	PATES / PETITS LEGUMES		KIWI	
	FROMAGE SANS SEL			
	RAISIN NOIR			
samedi, septembre 20, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	POISSON MEUNIERE		PORT SALUT	
	PATES / COURGETTES		COUPELLE DE PECHE AU SIROP	
	FROMAGE BLANC BIO			
	PRUNES			
dimanche, septembre 21, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU BLANC VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	COLOMBO DE DINDE		YAOURT AUX FRUITS	
	RIZ / PETITS LEGUMES		POIRE BIO	
	YAOURT NATURE			
	POIRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, septembre 22, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CELERI SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE AGNEAU		MILANETTE	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES		MOUSSE CHCOCOLAT BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
MADELEINE SANS SUCRE				
mardi, septembre 23, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CHOU ROUGE VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	COLIN BASILIC		SAINT MORET BIO	
	RIZ / LEGUMES		POMME BIO	
	YAOURT NATURE			
SALADE DE FRUITS SANS SUCRE				
mercredi, septembre 24, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	MACEDOINE MAYONNAISE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	FILET DE POULET		CAMEMBERT	
	PATES		CLAFOUTIS CERISES	
	PETIT SUISSE BIO			
ORANGE				
jeudi, septembre 25, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	DUO DE CRUDITES		POTAGE DU JOUR	
	CHILI CON CARNE		FOURME D'AMBERT	
	(PLAT COMPLET)		POIRE AU SIROP	
	YAOURT NATURE BIO			
BANANE				
vendredi, septembre 26, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	SALADE DE CHAMPIGNONS		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BLANC COCO		SAINT NECTAIRE AOP	
	SEMOULE / LEGUMES		YAOURT AROMATISE BIO LOCAL IDF	
	FROMAGE BANC NATURE BIO			
FRUIT DE SAISON				
samedi, septembre 27, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CAROTTES RAPEES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE POISSON REGIME		EMMENTAL	
	(PLAT COMPLET)		ANANAS FRAIS	
	FROMAGE SANS SEL			
TARTE AUX POMMES SANS SUCRE				
dimanche, septembre 28, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CHOU BLANC VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		TARTARE AIL ET FINES HERBES	
	RIZ / CAROTTES		KIWI	
	FAISSELLE			
KIWI				

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, septembre 29, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	BETTERAVES VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF BOURGUIGNON		MINI ROITELET	
	PUREE PDT / CAROTTES		RIZ AU LAIT	
	YAOURT NATURE			
	FORET NOIRE SANS SUCRE			
mardi, septembre 30, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	SALADE DE TOMATE		POTAGE DU JOUR	
	POULET CHAMPIGNONS		CANTAL AOP	
	PUREE BUTTERNUT		YAOURT MYRTILLES BIO	
	PETIT SUISSE BIO			
	ANANAS EN SALADE			
mercredi, octobre 01, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	MACEDOINE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		EMMENTAL BIO	
	POMMES DE TERRE / CAROTTES		YAOURT BRASSE AUX FRUITS BIO	
	FROMAGE BLANC			
	POMME			
jeudi, octobre 02, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	AVOCAT VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE VOLAILLE		BOMBEL	
	COQUILLETES / COURGETTES		COMPOTE DE POMME BIO	
	YAOURT NATURE			
	COMPOTE DE POMME SANS SUCRE			
vendredi, octobre 03, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BOUILLON		CHANTENEIGE BIO	
	RIZ		POIRE	
	FROMAGE SANS SEL			
	PRUNES			
samedi, octobre 04, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	SALADE DE PDT SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	POULET ROUGAIL TOMATE		CARRE FRAIS 1/2 SEL	
	RIZ		ARLEQUIN DE FRUITS	
	YAOURT NATURE BIO IDF			
	KIWI			
dimanche, octobre 05, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	TAJINE POULET		CABRETTE BIO	
	SEMOULE / CAROTTES		CREME DESSERT VANILLE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	POIRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, octobre 06, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	BETTERAVES VINAIGRETTES		POTAGE DU JOUR	
	BOUCHEES DE POISSON PANE		RONDELE AU POIVRE	
	POEELE DE POMMES DE TERRE		CREME RENVERSEE	
	YAOURT NATURE			
COMPOTE DE FRUIT SANS SUCRE				
mardi, octobre 07, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	TABOULE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	OMELETTE NATURE		CREME DE ROQUEFORT	
	RIZ		YAOURT AUX FRUITS	
	FROMAGE SANS SEL			
ORANGE				
mercredi, octobre 08, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	ESCALOPE VOLAILLE		PORT SALUT	
	PUREE DE PDT / BROCOLIS		POMME	
	YAOURT NATURE BIO			
COMPOTE DE PECHE SANS SUCRE				
jeudi, octobre 09, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	SALADE DE MACHE		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF BOURGUIGNON		CAMEMBERT	
	PUREE DE PDT / CAROTTES		CREME DESSERT VANILLE	
	PETIT SUISSE BIO			
POMME				
vendredi, octobre 10, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	BETTERAVES VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE AGNEAU		CARRE FRAIS 1/2 SEL	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES		FLAN NAPPE CAMEL	
	FROMAGE SANS SEL			
SEGMENTS D'ORANGE NATURES				
samedi, octobre 11, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE CANARD		PETIT MOULE AUX NOIX	
	(PLAT COMPLET)		ARLEQUIN DE FRUITS BIO	
	YAOURT NATURE			
BANANE				
dimanche, octobre 12, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CHOU ROUGE VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	FILET DE POULET		CHANTAILLOU	
	PATES		KIWI	
	FROMAGE BLANC NATURE			
KIWI				

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, octobre 13, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CAROTTES RAPEES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU		FOURME D'AMBERT AOP	
	POELEE CEREALES / LEGUMES		RIZ AU LAIT	
	FROMAGE SANS SEL			
TARTE AUX POMMES SANS SUCRE				
mardi, octobre 14, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	SALADE DE HARICOTS VERTS		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BLANC COCO		BRIE	
	SEMOULE / LEGUMES		ARLEQUIN DE FRUITS	
	FROMAGE BLANC BIO			
CLEMENTINE				
mercredi, octobre 15, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CONCOMBRE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	STEAK HACHE		CANTAL AOP	
	PATES		PRUNES	
	PETIT SUISSE BIO			
PRUNES				
jeudi, octobre 16, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	MELON - ENTREE		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		SAMOS	
	RIZ / CAROTTES		FLAN NAPPE CAMEL BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
COMPOTE DE POIRE SANS SUCRE				
vendredi, octobre 17, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	DUO DE CRUDITES SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	POULET CHAMPIGNONS		BOURSIN AIL ET FINES HERBES	
	PUREE BUTTERNUT / DUO DE RIZ		COMPOTE DE FRUITS	
	YAOURT NATURE			
RAISIN BLANC				
samedi, octobre 18, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	MACEDOINE MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		CROC AU LAIT	
	POMMES DE TERRE / CAROTTES		OANGE	
	FAISSELLE			
ORANGE				
dimanche, octobre 19, 2025	REPAS REGIME - cocher :	<input type="checkbox"/>	DINER - cocher :	<input type="checkbox"/>
	CELERI SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE VOLAILLE		BRIE	
	COQUILLETES / COURGETTES		POMME BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
POMME				

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, octobre 20, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU BLANC SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		SIX DE SAVOIE	
	SEMOULE // POELEE DE LEGUMES		POIRE BIO	
	YAOURT NATURE			
FORET NOIRE SANS SUCRE				
mardi, octobre 21, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	PENNE RIGATE BOLOGNESE		COULOMMIERS	
	(PLAT COMPLET)		YAOURT VANILLE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
CLEMENTINE				
mercredi, octobre 22, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	RADIS - BEURRE		POTAGE DU JOUR	
	CUISSE DE POULET		BABYBEL	
	FARFALLE		COUPELLE DE PECHE AU SIROP	
	YAOURT NATURE			
TARTE AUX POMMES SANS SUCRE				
jeudi, octobre 23, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU BLANC VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BLANC SAUMON		TARTARE AUX NOIX	
	MACARONI / BROCOLIS		YAOURT BRASSE AUX FRUITS BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
POIRE				
vendredi, octobre 24, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT SAUCE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	CUISSE DE POULET		PAVE D'AFFINOIS	
	PUREE DE BUTTERNUT		CREME SAVEUR CARAMEL	
	YAOURT NATURE			
COMPOTE POMME / PRUNEAU SS SUCRE				
samedi, octobre 25, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU ROUGE VINAIGRETTE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF HONGROISE		MINI ROITELET	
	PATES ET PETIT LEGUMES		KIWI	
	FROMAGE SANS SEL			
KIWI				
dimanche, octobre 26, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE PDT SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	ESCALOPE VOLAILLE		MILANETTE	
	PUREE DE PDT ET BROCOLIS		YAOURT BIFIDUS COCO	
	PETIT SUISSE BIO			
COMPOTE DE POIRE SANS SUCRE				

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, octobre 27, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	OEUF DUR MAYONNAISE SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	COLOMBO DE DINDE	MINI BRIN
	RIZ / PETITS LEGUMES	POMME
	YAOURT NATURE	
	FORET NOIRE SANS SUCRE	
mardi, octobre 28, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	BETTERAVES SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	BOULETTE AGNEAU	BRIE
	SEMOULE / POEELE LEGUMES	MOUSSE AU CHOCOLAT
	PETIT SUISSE BIO	
	COMPOTE POMME PASSION SS SUCRE	
mercredi, octobre 29, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CAROTTES RAPEES	POTAGE DU JOUR
	COLIN BASILIC	RONDELE AU POIVRE
	RIZ / LEGUMES	KIWI
	FROMAGE BLANC BIO	
	COMPOTE POMME PRUNEAUX SS SUCRE	
jeudi, octobre 30, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	MACEDOINE SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	FILET DE POULET	TARTARE AU NOIX
	PATES	CREME DESSERT CHOCOLAT
	FROMAGE SANS SEL	
	ANANAS FRAIS	
vendredi, octobre 31, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE MACHE	POTAGE DU JOUR
	SAUTE DE VEAU	CABRETTE
	POEELE CEREALES / LEGUMES	COUPELLE DE PECHE AU SIROP
	YAOURT NATURE	
	TARTE AUX POMMES SANS SUCRE	
samedi, novembre 01, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CONCOMBRE VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	POISSON BLANC COCO	SAINT MORET
	SEMOULE / LEGUMES	COMPOTE POMMES ABRICOTS
	FROMAGE SANS SEL	
	CLEMENTINE	
dimanche, novembre 02, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SARDINE SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	STEAK HACHE	YAOURT NATURE BIO
	PATES	POIRE BIO
	YAOURT NATURE	
	FORET NOIRE SANS SUCRE	