

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, mars 10, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	COESLAW SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	POULET ROUGAILLE TOMATE		CARRE FRAIS 1/2 SEL	
	RIZ		LIEGEOIS CAFE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	YAOURT AUX FRUITS 0 %			
mardi, mars 11, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON MEUNIERE		PETIT CABRAY	
	PATES / COURGETTES		POMME BIO	
	YAOURT NATURE			
	POMME BIO			
mercredi, mars 12, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	DUO DE CRUDITES		POTAGE DU JOUR	
	BOEUF BOURGUIGNON		CHANTEREINE BIO	
	PUREE DE PDT / CAROTTES		COMPOTE DE POMME BIO	
	PETIT SUISSE NATURE			
	ORANGE			
jeudi, mars 13, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE POMME DE TERRE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE D'AGNEAU		BRIE	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES ORIENTALE		PETIT SUISSE AU FRUIT	
	GERVITA NATURE			
	POIRE			
vendredi, mars 14, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE CANARD		EMMENTAL BIO	
	(PLAT COMPLET)		BANANE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	YAOURT AUX FRUITS 0 %			
samedi, mars 15, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS		POTAGE DU JOUR	
	POISSON CREME D'AMANDES		FROMAGE FONDU BIO	
	RIZ JAUNE / PETITS LEGUMES PERSILLES		ARLEQUIN DE FRUITS BIO	
	YAOURT NATURE			
	POIRE AU NATUREL			
dimanche, mars 16, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE MACHE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU A LA TOMATE		PETIT MOULE AUX NOIX	
	POEELE GOURMANDE AUX CEREALES / LEGUMES		ANANAS AU SIROP	
	FROMAGE SANS SEL			
	COMPOTE SANS SUCRE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, mars 17, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CELERI REMOULADE	POTAGE DU JOUR
	POISSON BLANC SAUCE LAIT DE COCO ET CURRY	CANTAL AOP
	SEMOULE ET LEGUMES SAVEUR DES ILES	KIWI
	YAOURT NATURE BIO LOCAL IDF	
	KIWI	
mardi, mars 18, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE PDT	POTAGE DU JOUR
	STEAK HACHE	BABYBEL
	PÂTES	POMME BIO
	FAISSELLE	
	POMME BIO	
mercredi, mars 19, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	MACEDOINE	POTAGE DU JOUR
	BLANQUETTE DE VEAU	CABRETTE BIO
	RIZ / CAROTTES	ORANGE BIO
	YAOURT NATURE	
	ORANGE BIO	
jeudi, mars 20, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	OEUF DUR	POTAGE DU JOUR
	COLIN	TARTARE AIL ET FINES HERBES
	BOULGOUR / RATATOUILLE	COUPELLE DE PRUNEAUX AU SIROP
	FROMAGE SANS SEL	
	YAOURT AUX FRUITS 0 %	
vendredi, mars 21, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	BETTERAVE ROUGE	POTAGE DU JOUR
	BOULETTE DE VOLAILLE SAUCE BARBECUE	BRIE
	COQUILLETES / COURGETTES	YAOURT SUR LIT DE FRUIT LOCAL IDF BI
	FROMAGE BLANC	
	BANANE	
samedi, mars 22, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CELERI REMOULADE	POTAGE DU JOUR
	ROTI DE DINDE	CREME DE ROQUEFORT
	JARDINIERE DE LEGUMES	POIRE
	PETIT SUISSE BIO	
	COMPOTE DE BANANE SANS SUCRE	
dimanche, mars 23, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE MACHE	POTAGE DU JOUR
	SAUTE DE BOEUF	FOURME D'AMBERT
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES	KIWI
	FROMAGE BLANC BIO	
	COMPOTE POMME PRUNEAUX SANS SUCRE	

NOM DU CONVIVE : \_\_\_\_\_

N° \_\_\_\_\_

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, mars 24, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	CONCOMBRE VINAIGRETTE	POTAGE DU JOUR
	FILET DE POULET AU JUS	YAOURT AROMATISE BIO LOCAL IDF
	PÂTES	ORANGE BIO
	YAOURT NATURE	
	ORANGE BIO	
mardi, mars 25, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	CHOU BLANC SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	COLIN	RONDELE NATURE
	BOULGOUR / RATATOUILLE	ANANAS AU SIROP
	FROMAGE SANS SEL	
	MADELEINE SANS SUCRE	
mercredi, mars 26, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	MACEDOINE SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	PENNE RIGATE BOLOGNESE	COULOMMIER
	(PLAT COMPLET)	COMPOTE POMME MANGUE
	YAOURT NATURE LOCAL BIO	
	COMPOTE POMME FRAISE	
jeudi, mars 27, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	SALADE ICEBERG	POTAGE DU JOUR
	BOULETTE DE BOEUF HONGROISE	ROITELET
	PATES AUX PETITS LEGUMES	PECHE AU SIROP
	FROMAGE SANS SEL	
	COMPOTE DE PECHE SANS SUCRE	
vendredi, mars 28, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	BETTERAVES VINAIGRETTE SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	POISSON MEUNIERE	PORT SALUT
	PÂTES COURGETTES	POIRE BIO
	PETIT SUISSE	
	TARTE POMME SANS SUCRE	
samedi, mars 29, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	SALADE DE CHAMPIGNONS FRAIS	POTAGE DU JOUR
	BOEUF BOURGUIGNON	SAMOS
	PUREE DE PDT / CAROTTES	YAOURT VANILLE BIO
	FROMAGE BLANC	
	ANANAS FRAIS	
dimanche, mars 30, 2025	REPAS REGIME - cocher : <input type="checkbox"/>	DINER - cocher : <input type="checkbox"/>
	1/2 POMELOS	POTAGE DU JOUR
	BOULETTE D'AGNEAU	FAISSELLE
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES OREINTALE	OEUFS AU LAIT
	FAISSELLE	
	POIRE	

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, mars 31, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE PDT SANS SEL PARMENTIER DE CANARD (PLAT COMPLET) FROMAGE SANS SEL YAOURT AUX FRUITS 0 %		POTAGE DU JOUR GOUDA PETIT SUISSE BIO	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI SANS SEL POISSON CREME D'AMANDE RIZ JAUNE / LEGUMES PERSILLES FROMAGE BLANC BIO KIWI		POTAGE DU JOUR FOURME D'AMBERT PUREE DE POMME	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
mercredi, avril 02, 2025	RADIS CHILI CON CARNE (PLAT COMPLET) FROMAGE SANS SEL COMPOTE POMMES BANANE SANS SUCRE		POTAGE DU JOUR MINI CABRETTE BIO MOUSSE CHOCOLAT	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MACEDOINE POISSON BLANC SAUCE LAIT DE COCO ET CURRY SEMOULE ET LEGUMES SAVEURS DES ILES YAOURT BRASSE NATURE MADELEINE SANS SUCRE		POTAGE DU JOUR TOMME GRISE BIO FLAN NAPPE CAMEL BIO	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT PARMENTIER DE POISSON (PLAT COMPLET) FROMAGE SANS SEL COMPOTE POMME PRUNEAUX		POTAGE DU JOUR ROITELET YAOURT AROMATISE BIO LOCAL IDF	
vendredi, avril 04, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES BIO OMELETTE PATES / PETITS LEGUMES FAISSELLE TARTE AUX POMMES SANS SUCRE		POTAGE DU JOUR RONDELE NATURE BIO FROMAGE BLANC SUR LIT DE FRUIT	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE COLIN BOULGOUR / RATATOUILLE YAOURT NATURE ORANGE BIO		POTAGE DU JOUR EMMENTAL ORANGE BIO	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
samedi, avril 05, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE COLIN BOULGOUR / RATATOUILLE YAOURT NATURE ORANGE BIO		POTAGE DU JOUR EMMENTAL ORANGE BIO	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE COLIN BOULGOUR / RATATOUILLE YAOURT NATURE ORANGE BIO		POTAGE DU JOUR EMMENTAL ORANGE BIO	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
dimanche, avril 06, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE COLIN BOULGOUR / RATATOUILLE YAOURT NATURE ORANGE BIO		POTAGE DU JOUR EMMENTAL ORANGE BIO	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE COLIN BOULGOUR / RATATOUILLE YAOURT NATURE ORANGE BIO		POTAGE DU JOUR EMMENTAL ORANGE BIO	
	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, avril 07, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CAROTTES RAPEES	POTAGE DU JOUR
	SAUTE DE BOEUF	BOURGIN
	PDT / CAROTTES	LIEGEOIS CAFE BIO
	FROMAGE SANS SEL	
	COMPOTE DE POMME SANS SUCRE	
mardi, avril 08, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	SALADE DE HARICOTS VERTS	POTAGE DU JOUR
	BOULETTE VOLAILLE	CAMEMBERT
	COQUILLETES COURGETTES	OEUF AU LAIT
	YAOURT NATURE	
	PRUNES	
mercredi, avril 09, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	POMELOS NATURE	POTAGE DU JOUR
	SAUTE DE BOEUF	GOUDA BIO
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES	POMME BIO
	FROMAGE SANS SEL	
	MOUSSE SANS SUCRE	
jeudi, avril 10, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	OEUF DUR MAYONNAISE	POTAGE DU JOUR
	OEUFS BROUILLES	CANTAL AOP
	PUREE DE CAROTTES	ARLEQUIN DE FRUITS BIO
	PETIT SUISSE NATURE BIO	
	POIRE AU NATUREL	
vendredi, avril 11, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	CHOU BLANC SANS SEL	POTAGE DU JOUR
	COLIN	FRAIDOU
	BOULGOUR / RATATOUILLE	LIEGEOIS CHOCOLAT
	FROMAGE BLANC BIO	
	MADELEINE SS SUCRE	
samedi, avril 12, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	DUO DE CRUDITES	POTAGE DU JOUR
	PENNE RIGATE BOLOGNESE	COMTE AOP
	(PLAT COMPLET)	BANANE
	YAOURT NATURE	
	COMPOTE DE POMME FRAISE SANS SUCRE	
dimanche, avril 13, 2025	REPAS REGIME - cocher :	DINER - cocher :
	AVOCAT NATURE	POTAGE DU JOUR
	BOEUF HONGROISE	MILANETTE
	PATES / PETITS LEGUMES	COUPELLE DE PECHEES AU SIROP
	GERVITA NATURE	
	POMME BIO	

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, avril 14, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	TABOULE		POTAGE DU JOUR	
	ESCALOPE VOLAILLE		SAINTE ALBRAY	
	POMME DE TERRE / HARICOTS VERTS		KIWI	
	YAOURT NATURE BIO			
	KIWI			
mardi, avril 15, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT MAYONNAISE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		PETIT MOULE AUX NOIX	
	POMME DE TERRE / CAROTTES		ANANAS AU SIROP	
	PETIT SUISSE BIO			
	MADELEINE SANS SUCRE			
mercredi, avril 16, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MACEDOINE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE AGNEAU		MINI BRIN	
	SEMOULE / POEELE DE LEGUMES		FLAN NAPPE CARAMEL BIO	
	GERVITA NATURE			
	POIRE			
jeudi, avril 17, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	OEUF DUR NATURE		POTAGE DU JOUR	
	COLIN BASILIC		FOURME D'AMBERT	
	RIZ / LEGUMES		POMME	
	FROMAGE BLANC			
	COMPOTE POMME BANANE SANS SUCRE			
vendredi, avril 18, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SARDINE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	FILET DE POULET		CARRE FRAIS 1/2 SEL BIO	
	PATES		ARLEQUIN DE FRUITS BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	YAOURT AUX FRUITS 0 %			
samedi, avril 19, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	DUO DE CRUDITES		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE VEAU		CAMEMEBERT	
	POEELE CEREALE LEGUMES		YAOURT AUX FRUITS	
	YAOURTH NATURE BIO IDF			
	BANANE BIO			
dimanche, avril 20, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 POMELOS SANS SUCRE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON BLANC COCO		SAMOS	
	SEMOULE LEGUMES		POIRE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	POIRE BIO			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, avril 21, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	BETTERAVES VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	PARMENTIER DE POISSON REGIME		KIRI BIO	
	(PLAT COMPLET)		ORANGE BIO	
	YAOURT NATURE			
	COMPOTE DE POIRE SANS SUCRE			
mardi, avril 22, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CONCOMBRE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	BLANQUETTE DE VEAU		MINI ROITELET	
	RIZ / CAROTTES		POMME BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	COMPOTE POMME FRAISE SANS SUCRE			
mercredi, avril 23, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	AVOCAT NATURE		POTAGE DU JOUR	
	POULET CHAMPIGNONS		CANTAL AOP	
	PUREE BUTTERNUT		KIWI	
	FROMAGE BLANC BIO			
	YAOURT AUX FRUITS 0 %			
jeudi, avril 24, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE PDT PERSILLEES - ENTREE		POTAGE DU JOUR	
	ROTI DE DINDE		SAINT PAULIN	
	JARDINIERE DE LEGUMES		POIRE AU SIROP	
	FAISSELLE			
	POIRE			
vendredi, avril 25, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	RADIS BEURRE		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE VOLAILLE		BABYBEL BIO	
	COQUILLETES / COURGETTES		BANANE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	MADELEINE SANS SUCRE			
samedi, avril 26, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	MACEDOINE VINAIGRETTE		POTAGE DU JOUR	
	SAUTE DE BOEUF		LES RECETTES DE M. LOIC	
	SEMOULE / POLEE DE LEGUMES		COMPOTE POMME POIRE	
	YAOURT NATURE			
	COMPOTE POMME BANANE			
dimanche, avril 27, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE DE TOMATES		POTAGE DU JOUR	
	PENNE RIGATE BOLOGNAISE		MILANETTE	
	(PLAT COMPLET)		ORANGE BIO	
	PETIT SUISSE NATURE BIO			
	ORANGE			

NOM DU CONVIVE :

N°

COMMANDE DES REPAS LIVRES A DOMICILE

lundi, avril 28, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CELERI REMOULADE		POTAGE DU JOUR	
	POISSON SAUCE ANETH		CARRE FRAIS 1/2 SEL	
	POMME DE TERRE		CREME DESSERT PISTACHE	
	FROMAGE SANS SEL			
	COMPOTE DE POMME PECHE SANS SUCRE			
mardi, avril 29, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU BLANC SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOUCHEES DE POISSON PANE		SAINT PAULIN BIO	
	POELEE DE POMME DE TERRE		GELIFIE VANILLE	
	YAOURT NATURE			
	COMPOTE DE POMME SANS SUCRE			
mercredi, avril 30, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CAROTTES RAPEES		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE DE BOEUF HONGROISE		EDAM BIO	
	PATES AUX PETITS LEGUMES		POMME BIO	
	PETIT SUISSE			
	POMME			
jeudi, mai 01, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	1/2 AVOCAT		POTAGE DU JOUR	
	ECALOPE DE VOLAILLE AU JUS		ORTOLAN BIO	
	PUREE DE PDT / PUREE DE BROCOLIS		RIZ AU LAIT	
	FAISSELLE			
	MADELEINE SANS SUCRE			
vendredi, mai 02, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	CHOU ROUGE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOURGUIGNON		TOMME NOIRE	
	PUREE PDT / CAROTTES		YAOURT AROMATISE BIO LOCAL IDF	
	YAOURT NATURE BRASSE			
	TARTE POMMES SANS SUCRE			
samedi, mai 03, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	TABOULE SANS SEL		POTAGE DU JOUR	
	BOULETTE D'AGNEAU		CAMEMBERT	
	SEMOULE / POELEE DE LEGUMES ORIENTALE		KIWI	
	FROMAGE BLANC BIO			
	KIWI			
dimanche, mai 04, 2025	REPAS REGIME - cocher :		DINER - cocher :	
	SALADE FRISEE		POTAGE DU JOUR	
	COLIN BASILIC		EMMENTAL	
	RIZ AUX PETITS LEGUMES		ORANGE BIO	
	FROMAGE SANS SEL			
	ORANGE BIO			