



2026

TEXTURE NORMALE

REPAS TRADITIONNEL - SANS RÉGIME

CHOLLET TRAITEUR

Sem 32

A rendre
au plus tôt

le "Choix de la Diététicienne" = la première ligne de chaque composant
Les différents éléments d'un repas sont appelés « composants »

03 au 09/08

Un plat végétarien est désormais proposé à la carte
(5ème choix)

	LUNDI <i>Sainte Lydie</i> 03/08/26	MARDI <i>Saint Jean-Marie Vianney</i> 04/08/26	MERCREDI <i>Sainte Abel</i> 05/08/26	JEUDI <i>Transfiguration</i> 06/08/26	VENDREDI <i>Saint Gaétan</i> 07/08/26	SAMEDI <i>Saint Dominique</i> 08/08/26	DIMANCHE <i>Saint Amour</i> 09/08/26
ENTRÉE	☐ SALADE MARCO POLO ☐ CÉLERI RÉMOULADE ☐ FRIAND GOÛT FROMAGE ☐ TERRINE FORESTIÈRE	☐ JAMBON BLANC ☐ COURGETTES RÂPÉES ☐ SALADE OCÉANE ☐ TOMATE VINAIGRETTE	☐ SALADE NORDIQUE ☐ MORTADELLE ☐ CONCOMBRE À LA CRÈME ☐ QUICHE LORRAINE (PORC)	☐ ŒUF DUR MAYONNAISE ☐ SALADE DU PÊCHEUR ☐ ANDOUILLE ☐ RADIS BEURRE	☐ BETTERAVES ROUGES VINAIGRETTE ☐ FENOUIL À L'ANETH ☐ CROISSON DUBARRY ☐ PÂTE DE TÊTE VINAIGRETTE	☐ CAROTTES RÂPÉES ☐ SAUCISSON À L'AIL ☐ TERRINE DE LÉGUMES ☐ POIREAU ÉCHALOTE	☐ ACCRAS DE MORUE ☐ CHAMPIGNONS MAYONNAISE ☐ PÂTE "MAISON" ☐ CROQ FRAÎCHEUR
PLAT	☐ POULET RÔTI ☐ ARAIGNÉE DE PORC MARINÉE ☐ STEAK HÂCHÉ BŒUF SCE CHARCUTIÈRE ☐ POISSON PANÉ CITRON	☐ DOS DE COLIN SAUCE BEURRE BLANC ☐ AIGUILLETES POULET FORESTIÈRE ☐ CHIPOLATAS ☐ BOULETTES D'AGNEAU À LA MAROCAINE ☐ PARMENTIER DE LÉGUMES	☐ JOUE DE BŒUF À LA PROVENÇALE ☐ GRATIN DE POISSON ☐ NUGGETS DE POULET ☐ PAVÉ DE JAMBON SAUCE MOUTARDE ☐ GALETTE BOULGOUR LENTILLES CORAIL	☐ LONGE DE PORC BRAISÉE ☐ LANGUE DE BŒUF AU PORTO ☐ ENCORNETS À LA MARSEILLAISE ☐ GÉSIERS DE VOLAILLE EN RAGÔT ☐ TARTE PROVENCALE	☐ EMINCE DE DINDE AU CURRY ☐ TOMATE FARCIE ☐ FOIE DE VEAU AUX OIGNONS ☐ FILET DE MAQUEREAU AU VIN BLANC ☐ KEFTAS SOJA TOMATE ET BASILIC	☐ ALOUETTE BŒUF SCE MARCH. VIN ☐ POISSON MARCHÉ SCE HOLLANDAISE ☐ ROGNONS DE PORC AU VIN D'ANJOU ☐ OMELETTES AUX FINES HERBES ☐ OMELETTE À L'ESPAGNOLE	☐ SAUTÉ DE LAPIN À LA MOUTARDE ☐ RÔTI DE VEAU SAUCE FORESTIÈRE ☐ PAVÉ DE SAUMON À L'OSEILLE ☐ RÔTI DE PORC FROID ☐ ESCALO. VÉGÉT. PROTÉINE BLÉ PANÉ
VEGE	☐ GALETTE DE BLÉ AUX OIGNONS						
GARNITURE	☐ POÊLÉE DE LÉGUMES DU SUD ☐ LENTILLES ☐ PURÉE DE POMMES DE TERRE ☐ HARICOTS BEURRE	☐ COQUILLETES ☐ CHOU FLEUR AU BEURRE ☐ RATATOUILLE ☐ SEMOULE	☐ POÊLÉE CAROTTES BEURRE MAÏTHÔTEL ☐ POMMES PERSILLÉES ☐ PETITS POIS ☐ CÉLERI BRANCHE	☐ RIZ PILAF ☐ COURGETTES POÊLÉES ☐ PETITS NAVETS AUX OIGNONS ☐ POÊLÉE ITALIENNE	☐ HARICOTS VERTS ☐ SPAGHETTIS ☐ PETITS COCOS VENDÉENS À LA TOMATE ☐ BROCOLIS AUX OIGNONS	☐ POMME DE TERRE SAUTÉES ☐ POÊLÉE MARAÎCHÈRE ☐ CÉLERI RAVE ☐ POÊLÉE DE CÉRÉALES	☐ GRATIN DE LÉGUMES ☐ POMMES DAUPHINE ☐ TAGLIATELLES ☐ SALADE DE TOMATES
LAITAGE	☐ CAMEMBERT ☐ FROMAGE BLANC NATURE ☐ YAOURT AROMATISÉ ☐ FONDU PRÉSIDENT	☐ YAOURT FERMIER BIO ☐ TOMME GRISE ☐ PETIT MOULÉ AIL ET FINES HERBES ☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ	☐ BLEU ☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ ☐ YAOURT NATURE SUCRÉ ☐ VACHE PICON	☐ YAOURT AROMATISÉ ☐ CHÈVRE ☐ CANTAFRAIS ☐ FROMAGE BLANC NATURE	☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ ☐ YAOURT NATURE ☐ EMMENTAL ☐ TARTARE NATURE	☐ RONDELÉ FLEUR DE SEL DE CAMARGUE ☐ YAOURT NATURE SUCRÉ ☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ ☐ SAINT-PAULIN	☐ SAINT-NECTAIRE ☐ CANTAL ☐ FROMAGE BLANC VANILLE ☐ SIX DE SAVOIE
DESSERT	☐ CRÈME PÂTISSIERE AU RHUM ☐ BANANE ☐ NOVL VANILLE ☐ COMPOTE POMMES/ANANAS	☐ COMPOTE POMMES/FRAMBOISES ☐ GÂTEAU BASQUE ☐ PÊCHE ☐ CRÈME DESSERT CARAMEL	☐ COMPOTE FRUITS SAISON "MAISON" ☐ POT DE CRÈME ANANAS ☐ BEIGNET FRAMBOISES ☐ ORANGE	☐ ABRICOTS ☐ ECLAIR VANILLE ☐ COCKTAIL DE FRUITS AU SIROP ☐ NOVL CHOCOLAT	☐ LIÉGEOIS CAFÉ ☐ POIRE ☐ TARTE AUX POMMES ☐ COMPOTE POMMES/CASSIS	☐ PARIS-BREST ☐ COMPOTE POMMES ☐ PRUNES ☐ POT DE CRÈME FRAISE BISCUITÉE	☐ TARTE GRILLÉE ABRICOTS ☐ ROULÉ AUX FRAISES ☐ SEMOULE LAIT NAPPAGE CARAMEL ☐ NECTARINE
POTAGE	☐ VELOUTÉ DE COURGETTES ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE AUX POIREAUX	☐ POTAGE DU CHEF ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ VELOUTÉ DE CHAMPIGNONS	☐ VELOUTÉ DE CÉLERI ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE DE LÉGUMES DE SAISON	☐ POTAGE POIREAUX POMMES DE TERRE ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ VELOUTÉ DE TOMATES	☐ CRÈME D'ASPERGES ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE DE CAROTTES	☐ POTAGE D'ÉTÉ TOMATES/POIVRONS ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ VELOUTÉ DE CHAMPIGNON	☐ BISQUE DE POISSONS ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE AUX POIREAUX

* PS = PAUVRE EN SEL

livré le VENDREDI (repas du SAM/DIM/LUN/MAR)

livré le MARDI (repas du Mercredi, Jeudi, Vendredi)

2 Jours de livraison/semaine : MARDI (repas du Mercredi/ Jeudi/ Vendredi) & VENDREDI (repas du Samedi/ Dimanche/ Lundi/ Mardi)

livré le VENDREDI (repas du SAM/DIM/LUN/MAR)

En cas de réponse tardive, nous vous livrerons le "Choix de la Diététicienne" (le premier choix de chaque composant)

Rayez la colonne entière pour les jours non pris Un composant (en + Plat-Garniture) c'est : une entrée, un laitage, un dessert ou unpotage.

Possibilité de proposer occasionnellement des repas gastronomiques (Amandine Plaisir ou Prestige --> appelez nous pour plus de renseignements)

Une fois enregistré, nous vous rendrons ce document



2026

TEXTURE NORMALE

REPAS TRADITIONNEL - SANS RÉGIME

CHOLLET TRAITEUR

Sem 33

A rendre
au plus tôt

le "Choix de la Diététicienne" = la première ligne de chaque composant

10 au 16/08

	LUNDI <i>Saint Laurent</i> 10/08/26	MARDI <i>Sainte Claire</i> 11/08/26	MERCREDI <i>Sainte Clarisse</i> 12/08/26	JEUDI <i>Saint Hippolyte</i> 13/08/26	VENDREDI <i>Saint Evrard</i> 14/08/26	SAMEDI <i>Assomption</i> 15/08/26	DIMANCHE <i>Saint Armel</i> 16/08/26
ENTRÉE	☐ MÉLI MÉLO DE LA MER ☐ TOMATE ÉCHALOTE ☐ SALADE NÉLUSKO ☐ MORTADELLE PISTACHE	☐ TABOULÉ ☐ RÂPÉ DE CHOU ROUGE ☐ CONCOMBRE VINAIGRETTE ☐ PÂTE DE CAMPAGNE	☐ CERVELAS ☐ SALADE TERRE ET MER ☐ CÉLERI RÉMOULADE ☐ FRIAND GOÛT VIANDE	☐ SALADE COLESRAW ☐ PÂTE DE FOIE ☐ MACÉDOÎNE MAYONNAISE ☐ LENTILLES VINAIGRETTE	☐ RADIS BEURRE ☐ BETTERAVES ROUGES MOUTARDE ☐ SALAMI ☐ SALADE BRÉSILIENNE	☐ ŒUF EN GELÉE ☐ TRIO CONCOMBRE TOMATE MAÏS ☐ TERRINE DE LÉGUMES ☐ RILLETTE DU MANS	☐ SALADE DE CŒURS D'ARTICHAUTS ☐ PÂTE EN CROUTE ☐ PIZZA ☐ ACHARD DE LÉGUMES
PLAT	☐ PALETTE DE PORC À LA TOMATE ☐ HAUT CUISSE POULET AU FOUR ☐ TOMATE FARCIE AU BŒUF ☐ BEIGNETS DE POISSON	☐ BŒUF À LA TOMATE ☐ CRÉPINETTE PORC SAUCE SOUBISE ☐ CORDON BLEU ☐ FILET DE PANGA SAUCE AURORE	☐ FILET TILAPIA SAUCE CITRONNÉE ☐ SAUCISSES DE BŒUF ☐ CÔTE DE PORC AU JUS ☐ HACHÉ DE POULET GRATINÉ	☐ POULET SAUCE BARBECUE ☐ SUPIONS SAUCE CRÈME ÉCHALOTE ☐ LASAGNE DE BŒUF ☐ BOUDIN NOIR AU FOUR	☐ EMINCÉ DE PORC AUX OIGNONS ☐ ESCALOPE VOLAILLE À LA CRÈME ☐ POISSON DU MARCHÉ DUGLÉRÉ ☐ FOIES VOLAILLE SCE VÉNITIENNE	☐ FRICADELLE BŒUF SCE POIVRE ☐ ANDOUILLETTE AU FOUR ☐ FILET DE POULET AUX HERBES ☐ MOULES À LA CATALANE	☐ RÔTI GIGOT D'AGNEAU À L'AIL ☐ FILET DORADE BEURRE NANTAIS ☐ MIGNON DE PORC À LA PROVENÇALE ☐ BLANC DE DINDE FROID
VÉGÉ	☐ GALETHARICOT AZUKI QUINOA LÉG.	☐ STEAK SOJA NATURE	☐ TOMATE FARCIE AUX LÉGUMES	☐ LASAGNES DE LÉGUMES GRILLÉS	☐ QUICHE THON ET TOMATE	☐ FALAFEL FÈVE MENTHE CORIANDRE	☐ OMELETTE AUX FINES HERBES
GARNITURE	☐ PETITS COCOS VENDÉENS CUISINÉS ☐ CÔTES DE BLETTES PERSILLÉES ☐ PURÉE DE HARICOTS VERTS ☐ COQUILLETES	☐ POÊLÉE MÉRIDIONALE ☐ RIZ AU CURRY ☐ POMMES SAUTÉES ☐ JULIENNE DE LÉGUMES	☐ PENNES AU BEURRE ☐ HARICOTS BEURRES ☐ POÊLÉE DE TOMATES AUX OIGNONS ☐ QUINOA AUX POIVRONS	☐ MÉLANGE LÉGUMES GRILLÉS ÉPICÉS ☐ POMMES VAPEUR ☐ XXX (LASAGNE) ☐ CHOU FLEUR EN GRATIN	☐ POMMES DE TERRE BOULANGÈRE ☐ CŒURS DE CÉLERI BRAISÉS ☐ CAROTTES VICHY ☐ RIZ BLANC	☐ JARDINIÈRE DE LÉGUMES ☐ FARFALLES ☐ FLAGEOLETS ☐ POÊLÉE VILLAGEOISE	☐ POMMES NOISETTES ☐ CHAMPIGNONS BEURRE MAÎTR. HÔTEL ☐ COURGETTES À L'AIL ☐ SALADE DE PÂTES
LAITAGE	☐ BRIE ☐ PETIT MOULÉ NATURE ☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ ☐ YAOURT AROMATISÉ	☐ YAOURT NATURE ☐ COULOMMIER ☐ FRAIDOU ☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ	☐ FROMAGE BLANC DE PAMPLIE ☐ YAOURT NATURE SUCRÉ ☐ TOMME BLANCHE ☐ TARTARE AIL ET FINES HERBES	☐ GOUDA ☐ FROMAGE BLANC NATURE ☐ YAOURT AROMATISÉ ☐ CHANTENEIGE	☐ MIMOLETTE ☐ VACHE QUI RIT ☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ ☐ YAOURT NATURE	☐ YAOURT NATURE SUCRÉ ☐ BLEU ☐ RONDELÉ FLEUR SEL DE CAMARGUE ☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ	☐ MOTTIN CHARENTAIS ☐ BLEU D'Auvergne ☐ 2 PETITS SUISSES ☐ SAMOS
DESSERT	☐ CAKE AUX FRUITS CONFITS ☐ POMME ☐ POT DE CRÈME FRUITS EXOTIQUES ☐ COMPOTE POMMES/ABRICOTS	☐ MOUSSE CHOCOLAT ☐ COMPOTE POMMES/PRUNEUX ☐ KIWI ☐ CRUMBLE POMMES	☐ PÊCHE ☐ TARTE FLAN ☐ COMPOTE FRUITS SAISON "MAISON" ☐ CRÈME DESSERT PRALINÉ	☐ MUFFIN ☐ POT DE CRÈME CHOCOLAT NOISETTE ☐ NECTARINE ☐ COMPOTE FRUITS SAISON "MAISON"	☐ ROULÉ CHOCOLAT NOISETTE ☐ BANANE ☐ COMPOTE POMMES/COINGS ☐ CRÈME DESSERT CAFÉ	☐ POMME AU FOUR ☐ LIÉGEOIS VANILLE ☐ PRUNES ☐ DONUT SUCRÉ	☐ TARTE CHOCOLAT ☐ BAVAROIS PASSION ☐ RIZ AU LAIT NAPPAGE CARAMEL ☐ ABRICOTS
POTAGE	☐ POTAGE LÉGUMES ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ VELOUTÉ DE TOMATES	☐ CRÈME DE BROCOLIS ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE DE LÉGUMES DE SAISON	☐ POTAGE DU CHEF ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE AUX POIREAUX	☐ VELOUTÉ DE TOMATES ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ VELOUTÉ DE CHAMPIGNONS	☐ POTAGE DU JARDINIER ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE DE CAROTTES	☐ CRÈME DE VOLAILLE ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE DE LÉGUMES	☐ CRÈME DUBARRY ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ VELOUTÉ DE TOMATE

* PS = PAUVRE EN SEL

livré le MARDI (repas du Mercredi, Jeudi, Vendredi)

livré le VENDREDI (repas du SAM/DIM/LUN/MAR)

livré le VENDREDI (repas du SAM/DIM/LUN/MAR)



2026

TEXTURE NORMALE

REPAS TRADITIONNEL - SANS RÉGIME

CHOLLET TRAITEUR

Sem 34

A rendre
au plus tôt

le "Choix de la Diététicienne" = la première ligne de chaque composant

17 au 23/08

	LUNDI <i>Saint Hyacinthe</i> 17/08/26	MARDI <i>Sainte Hélène</i> 18/08/26	MERCREDI <i>Saint Jean-Eudes</i> 19/08/26	JEUDI <i>Saint Bernard</i> 20/08/26	VENDREDI <i>Saint Christophe</i> 21/08/26	SAMEDI <i>Saint Fabrice</i> 22/08/26	DIMANCHE <i>Sainte Rose de Lima</i> 23/08/26
ENTRÉE	☐ SALADE LORRAINE (PORC) ☐ HARICOTS-VERTS ÉCHALOTE ☐ MORTADELLE ☐ TOMATE MAÏS	☐ CONCOMBRE À LA CRÈME ☐ ANDOUILLE ☐ TERRINE DU PÊCHEUR ☐ POIREAU VINAIGRETTE	☐ SALADE MARINE ☐ BETTERAVES ROUGES RÂPÉES ☐ CRÊPE GOÛT CHAMIGNONS ☐ JAMBON BLANC	☐ SAUCISSON À L'AIL ☐ SALADE VENDÉENNE (PORC) ☐ CHOU BLANC À L'AIL ☐ CROISSON DUBARRY	☐ ŒUF DUR MACÉDOINE ☐ TERRINE FORESTIÈRE ☐ RADIS BEURRE ☐ SALADE PARISIENNE	☐ TOMATES CIBOULETTE ☐ SALADE DE CAROTTE ET FENOUIL ☐ MUSEAU DE PORC ☐ COURGETTES RÂPÉES	☐ SALADE BRÉSILIENNE ☐ TERRINE AUX 3 LÉGUMES ☐ CHAMIGNON À LA GRECQUE ☐ FARCI POITEVIN
PLAT	☐ GRILLADE DE PORC AUX HERBES ☐ BŒUF BOURGUIGNON ☐ QUENELLE BROCHET SAUCE NANTUA ☐ OMELETTE ESPAGNOLE ☐ OMELETTE AUX CHAMIGNONS	☐ PAUPIETTE DE DINDE À LA CRÈME ☐ CALAMAR À LA ROMAINE ☐ COURGETTE FARCIE ☐ ŒUFS DURS SAUCE MORNAY ☐ PANÉ BLÉ TOMATE ET MOZZARELLA	☐ MIGNONIN DE VEAU À LA CRÈME ☐ PAËLLA ☐ HACHIS PARMENTIER ☐ FILETS DE MAQUEREAUX AU FOUR ☐ CHILI À L'ÉGRÉNÉ DE SOJA	☐ PAUPIETTE POISSON SCE BEUR.BLANC ☐ SAUTÉ DE PORC AU CHORIZO ☐ RÔTI DINDE HERBES DE PROVENCE ☐ MERGUEZ GRILLÉES ☐ BOULETTE LÉGUME VERT PANÉ	☐ CUISSE DE POULET BASQUAISE ☐ POISSON MARCHÉ SCE ARMORICAINE ☐ JAMBON FUMÉ AU PORTO ☐ STEAK HÂCHÉ SCE MARCHAND VIN ☐ PARMENTIER DE LÉGUMES	☐ CHIPOLATAS AUX HERBES ☐ SAUTÉ DE POULET À LA PROVENÇALE ☐ PÉPITES POISSON DORÉES AU FOUR ☐ RISSOLETTE DE VEAU ☐ TARTE TOMATE ET CHÈVRE	☐ RÔTI DE BŒUF AU JUS ☐ FONDANT DE PORC AU PORTO ☐ BLANC VOLAILLE FORESTIÈRE ☐ FILET DE COLIN SAUCE BÉARNAISE ☐ PANE BLÉ FROM ÉPINARD CUIT PANÉ
VÉGÉ	☐ RATATOUILLE ☐ PURÉE DE POMME DE TERRE ☐ RIZ BLANC ☐ PETITS NAVETS	☐ LENTILLES ☐ TOMBÉE DE POIREAUX ☐ GARNITURE DE CÉLERI ☐ MACARONIS	☐ POÊLÉE DE COURGETTES PERSILLÉES ☐ RIZ À PAËLLA ☐ XXX (HACHIS) ☐ TOMATE PROVENÇALE	☐ COQUILLETES ☐ BOUQUETIÈRE DE LÉGUMES ☐ CÔTES DE BLETTE PERSILLÉES ☐ SEMOULE	☐ FENOUIL À LA TOMATE ☐ POÊLÉE ITALIENNE ☐ POIS CASSÉS ☐ HARICOTS VERTS	☐ POMMES RISSOLÉES ☐ POÊLÉE GALA ☐ PURÉE DE CAROTTES ☐ BLÉ PILAF	☐ SALSIFIS BEURRE MAÎTRE D'HÔTEL ☐ GRATIN DAUPHINOIS ☐ POÊLÉE ITALIENNE ☐ CHOU FLEUR VINAIGRETTE
GARNITURE	☐ YACHE PICON ☐ YAOURT AROMATISÉ ☐ CAMEMBERT ☐ FROMAGE BLANC NATURE	☐ CHÈVRE SEC ☐ TARTARE NATURE ☐ YAOURT NATURE ☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ	☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ ☐ EMMENTAL ☐ FONDU PRÉSIDENT ☐ YAOURT NATURE SUCRÉ	☐ YAOURT FERMIER BIO ☐ FROMAGE BLANC NATURE ☐ TOMME NOIRE ☐ CANTADOU	☐ FRIPON BEL ☐ YAOURT NATURE SUCRÉ ☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ ☐ SAINT-PAULIN	☐ EDAM ☐ PETIT MOULÉ AIL ET FINES HERBES ☐ YAOURT NATURE ☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ	☐ CANTAL ☐ MONTBOISSIÉ ☐ YAOURT CRÈMEUX AUX FRUITS ☐ SIX DE SAVOIE
LAITAGE	☐ ABRICOTS ☐ CRÈME DESSERT VANILLE ☐ COMPOTE POMMES/PÊCHES ☐ BEIGNET POMMES	☐ FLAN NAPPAGE CARAMEL ☐ POMME ☐ PARIS-BREST ☐ COMPOTE POMMES/ANANAS	☐ COMPOTE FRUITS SAISON "MAISON" ☐ TARTE POMMES/RHUBARBES ☐ POIRE ☐ CRÈME DESSERT CHOCOLAT	☐ POIRE AU SIROP ☐ CHOU À LA CRÈME ☐ MOUSSE CAFÉ ☐ PÊCHE	☐ ORANGE ☐ LIÉGEOIS CHOCOLAT ☐ COMPOTE POMMES/FRAISES ☐ ECLAIR CAFÉ	☐ POT CRÈME CARAMEL BEURRE SALÉ ☐ NECTARINE ☐ TARTE CITRON ☐ COMPOTE POMMES/CASSIS	☐ TARTE NORMANDE ☐ MILLEFEUILLES ☐ PRUNES ☐ SEMOULE LAIT NAPPAGE CARAMEL
DESSERT	☐ CRÈME D'ASPERGES ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE CHAMIGNONS	☐ SOUPE À L'OIGNON ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE LÉGUMES DE SAISON	☐ POTAGE DU CHEF ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE TOMATE	☐ VELOUTÉ DE CHAMIGNONS ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE CAROTTES	☐ POTAGE PAYSAN ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE POIREAU PDT	☐ CRÈME DE CHOU FLEUR ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE CHAMIGNONS	☐ MOULINÉ LÉGUMES D'ÉTÉ ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON ☐ POTAGE LÉGUMES
POTAGE							

* PS = PAUVRE EN SEL

livré le MARDI (repas du Mercredi, Jeudi, Vendredi)

livré le VENDREDI (repas du SAM/DIM/LUN/MAR)

livré le VENDREDI (repas du SAM/DIM/LUN/MAR)

LUNDI

Saint Barthélemy
24/08/26

MARDI

Saint Louis
25/08/26

MERCREDI

Sainte Natacha
26/08/26

JEUDI

Sainte Monique
27/08/26

VENDREDI

Saint Augustin
28/08/26

SAMEDI

Sainte Sabine
29/08/26

DIMANCHE

Saint Fiacre
30/08/26

☐ ACHARD DE LÉGUMES

- ☐ PÂTÉ DE CAMPAGNE
☐ SALADE RUSSE
☐ FRIAND GOÛT FROMAGE

☐ COUSCOUS

- ☐ SUPIONS À LA CATALANE
☐ RISSOLETTE DE VEAU
☐ ROGNONS À LA MOUTARDE
☐ BOULETTE BLÉ FAÇON THAI

☐ SEMOULE

- ☐ GARNITURE DE CÉLÉRI
☐ JARDINIÈRE DE LÉGUMES
☐ PENNES

☐ YAOURT AROMATISÉ

- ☐ TOMME BLANCHE
☐ FROMAGE BLANC NATURE
☐ CANTAFRAIS

☐ PRUNES

- ☐ ECLAIR VANILLE
☐ NOVIY CHOCOLAT
☐ COMPOTE POMMES/FRAMBOISES

☐ VELOUTÉ DE COURGETTES

- ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON
☐ POTAGE CHAMPIGNONS

☐ SALADE ITALIENNE

- ☐ CAROTTES RAPÉES
☐ CERVELAS
☐ TERRINE DE POISSON

☐ RÔTI DE PORC À LA PROVENÇALE

- ☐ AIGUIL.POULET GRAINE MOUTARDE
☐ BLANQUETTE DE LA MER
☐ OMELETTE AU FROMAGE
☐ OMELETTE NATURE

☐ RATATOUILLE

- ☐ POMMES VAPEUR
☐ PETITS POIS CAROTTES
☐ POIREAUX À LA CRÈME

☐ RONDELÉ FLEUR DE SEL DE CAMARGUE

- ☐ YAOURT NATURE SUCRÉ
☐ CAMEMBERT
☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ

☐ CAKE AUX PÉPITES DE CHOCOLAT

- ☐ BANANE
☐ COMPOTE POMMES/ABRICOTS
☐ CRÈME DESSERT CAFÉ

☐ POTAGE DU CHEF

- ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON
☐ POTAGE LÉGUMES DE SAISON

☐ CONCOMBRE VINAIGRETTE

- ☐ SALADE STRASBOURGEOISE (PORC)
☐ ŒUF DUR SAUCE COCKTAIL
☐ PÂTÉ DE FOIE

☐ LANGUE DE BŒUF SAUCE PIQUANTE

- ☐ SAUCISSE DE TOULOUSE AU FOUR
☐ PETITS GÉSIERS AUX OIGNONS
☐ POISSON PANÉ
☐ CROQ VEGGIE FROMAGE PANÉ

☐ SPAGHETTIS

- ☐ TOMBÉE DE FENOUILS ET OIGNONS
☐ HARICOTS BEURRES
☐ POÊLÉE DE CÉRÉALES

☐ TOMME GRISE

- ☐ FRAIDOU CALCIUM
☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ
☐ YAOURT NATURE

☐ COMPOTE FRUITS SAISON "MAISON"

- ☐ LIÉGEOIS VANILLE
☐ POIRE
☐ DONUT CHOCOLAT

☐ VELOUTÉ DE TOMATES

- ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON
☐ POTAGE TOMATE

☐ RIZ À LA NIÇOISE

- ☐ SALADE TUNISIENNE
☐ TARTE PROVENÇALE
☐ MORTADELLE PISTACHE

☐ POULET RÔTI

- ☐ BŒUF À LA PROVENÇALE
☐ CRÉPINETTE DE PORC AUX OIGNONS
☐ FILET DE PANGA BEURRE PERSILLÉ
☐ GALETTE BLÉ OIGNON CUIT

☐ POÊLÉE DE LÉGUMES VERTS

- ☐ PRINTANIERE DE LÉGUMES
☐ PETITS COCOS VENDÉENS CUISINÉS
☐ ÉPINARDS À LA CRÈME

☐ YAOURT NATURE SUCRÉ

- ☐ MIMOLETTE
☐ TARTARE AIL ET FINES HERBES
☐ FROMAGE BLANC FRUITÉ

☐ CRÈME DESSERT PRALINÉ

- ☐ COMPOTE POMMES/COINGS
☐ GÂTEAU BASQUE
☐ KIWI

☐ POTAGE DE LÉGUMES

- ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON
☐ POTAGE CAROTTES

☐ RILLETES DE PORC

- ☐ CRÊPES GOÛT JAMBON FROMAGE
☐ SALADE FORESTIÈRE
☐ BETTERAVES ROUGES RÂPÉES

☐ POISSON MARCHÉ SCE BONNE FEMME

- ☐ EMINCÉ PORC HERBES PROVENCE
☐ ALOUETTE DE BŒUF SAUCE TOMATE
☐ ESCALOPE DE VOLAILLE PANÉE
☐ ESCAL.VÉGÉTALE PROTÉINE BLÉ PANÉ

☐ POMMES SAUTÉES

- ☐ POÊLÉE DE LÉGUMES D'ÉTÉ
☐ COURGETTES À L'AIL
☐ BOULGOUR AUX POIVRONS

☐ FROMAGE BLANC DE PAMPLIE

- ☐ YAOURT AROMATISÉ
☐ GOUDA
☐ VACHE QUI RIT

☐ PÊCHE

- ☐ TARTE FLAN
☐ MOUSSE CITRON
☐ COCKTAIL DE FRUITS AU SIROP

☐ POTAGE POIREAUX POMMES DE TERRE

- ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON
☐ POTAGE POIREAU PDT

☐ TABOULÉ AUX LÉGUMES

- ☐ SALAMI
☐ SALADE COLMAR
☐ TOMATE VINAIGRETTE

☐ RÔTI DE DINDE AU PAPRIKA

- ☐ FILET DE TILAPIA À LA DIEPPOISE
☐ CÔTE DE PORC AU JUS CLAIR
☐ CANNELLONI BOLOGNAISE
☐ LASAGNE RICOTTA ET ÉPINARDS

☐ JULIENNE LÉG.BEURRE MAÎTR.HÔTEL

- ☐ FARFALLES
☐ LENTILLES
☐ XXX (LASAGNES)

☐ COULOMMIER

- ☐ PETIT MOULÉ NATURE
☐ FROMAGE BLANC SUCRÉ
☐ YAOURT NATURE

☐ TARTE GRILLÉE POMMES

- ☐ NECTARINE
☐ COMPOTE POMMES/PRUNEAUX
☐ POT CRÈME COOKIE CHOCOLAT BLANC

☐ POTAGE DU JARDINIER

- ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON
☐ POTAGE LÉGUMES

☐ SALADE BRÉSILIENNE

- ☐ MOULES À LA CATALANE
☐ BOUDIN NOIR BRASSE
☐ HARICOTS VERTS VINAIGRETTE

☐ POITRINE DE VEAU FARCIE

- ☐ CUISSE DE PINTADE À LA NORMANDE
☐ PAVÉ THON HUILE VIERG.PITTS.LÉG.
☐ DUO VIANDES FROIDES BÉARNAISE
☐ QUICHE AUX LÉGUMES

☐ POÊLÉE PAYSANNE

- ☐ POÊLÉE CORDIALE
☐ BROCOLIS AUX OIGNONS
☐ SALADE DE RIZ

☐ BLEU D'Auvergne

- ☐ CHÈVRE FERMIER
☐ SAMOS
☐ FROMAGE BLANC VANILLE

☐ BROWNIE CHOCOLAT NOIX DE PÉCAN

- ☐ BAVAROIS FRAMBOISE
☐ ABRICOTS
☐ RIZ AU LAIT NAPPAGE CARAMEL

☐ BISQUE DE POISSONS

- ☐ CONSOMMÉ DE LÉGUMES DE SAISON
☐ POTAGE TOMATE

1 MON REPAS

Mon repas comprend toujours :



1 plat



1 garniture

Je peux ajouter :



Entrée



Laitage



Dessert



Potage

MON PROFIL DE REPAS

2 composants	plat + garniture
3 composants	+ 1 autre choix
4 composants	+ 2 autres choix
5 composants	+ 3 autres choix
6 composants	+ 4 autres choix (repas complet)

2 MA PÉRIODICITÉ

Je reçois mes repas selon ma fréquence choisie.



LIVRAISONS :



Le mardi



Le vendredi



Je garde les jours
où je reçois un repas.



Je barre les jours
sans repas.

3 JE COCHE MES CHOIX DE COMPOSANTS

Le texte en GRAS
sur fond GRIS
correspond au choix
de la diététicienne.

En le conservant, vous bénéficiez
d'une semaine équilibrée en énergie,
protéines, vitamines et minéraux.

Laissez vos papilles choisir les
composants qui vous font envie.



MENUS SPÉCIFIQUES
PAUVRES EN SEL
ET/OU EN SUCRE :

Le plat et la garniture
restent associés.

Choix 1
avec garniture 1



4 JE RENVOIE MA FEUILLE



Renvoyez votre feuille dès que possible
en la donnant soit au livreur,
soit renvoyée par mail.



Sans réponse, les choix
de la diététicienne
seront conservés.

VOTRE RÉPONSE
NOUS PERMET
DE MIEUX RÉPONDRE
À VOS BESOINS !



PORTAGE DE REPAS

DES REPAS VARIÉS ET ÉQUILIBRÉS,
LIVRÉS CHEZ VOUS
SELON VOS ENVIES ET VOS BESOINS.



Entrée



Plat



Potage



Garniture



Dessert



Laitage



Des repas
équilibrés



Livrés
chez vous



Selon vos
goûts



Selon vos
besoins



Parce qu'un repas est aussi
un moment de plaisir et de lien social.



AGE D'OR SENS



Notre partenaire traiteur



AGE D'OR SENS
13 boulevard des Noyers Pompons
89100 SENS



03 86 83 10 73
agedorsens@gmail.com