



MARDI 10 MARS LIVRE LUNDI AM	MERCREDI 11 MARS LIVRE MARDI AM	JEUDI 12 MARS LIVRE MERCREDI AM	VENDREDI 13 MARS LIVRE MERCREDI AM	SAMEDI 14 MARS LIVRE JEUDI AM	DIMANCHE 15 MARS LIVRE VENDREDI AM	LUNDI 16 MARS LIVRE VENDREDI AM
BETTERAVES FAÇON POITEVINE ☐	SALADE VERTE ☐	BETTERAVES ^{VTE} ☐	CAROTTES RAPEES ^{VTE} ☐	BETTERAVES ^{VTE} ☐	CAROTTES RAPEES ^{VTE} ☐	BETTERAVES ^{VTE} ☐
CAROTTES RAPEES ^{VTE} ☐	HARICOTS BLANCS ^{VTE} ☐	CHOU ROUGE ^{VTE} ☐	RADIS BEURRE DOUX ☐	PDT CIBOULETTE ☐	HARICOTS VERTS ^{VTE} ☐	BROWNIE CAROTTES ☐
SALADE DE CHOU CHINOIS ☐	PAMPLEMOUSSE ROSE ☐	CÉLERI ^{VTE} ☐	SALADE VERTE ☐	SALADE DE BLE AU SAUMON ☐	PAMPLEMOUSSE ROSE ☐	CHOU FLEUR A LA GRECQUE ☐
POTAGE DE LÉGUMES ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐	POTAGE AUX CHOUX ☐	POTAGE DE POIREAUX PDT ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐	POTAGE DE LÉGUMES ☐
CUISSE DE POULET BASQUAISE ^A ☐	JAMBON BLANC SANS SEL BEURRE DOUX ^R ☐	FILET DE COLIN A L'ORANGE ☐	FILET DE SARDINE SAUCE CITRONNEE ☐	ENDIVES A LA BOLOGNAISE ^C ☐	CÔTE DE PORC AUX LÉGUMES ^R ☐	OEufs BROUILLES AUX PDT ^C ☐
POULET AU FOUR ☐	POISSON BLANC AU CITRON ☐	POULE AU POT ^C ☐	POULET AU FOUR ☐	FILET DE COLIN AU JUS D'AGRUMES ☐	POISSON BLANC AU CITRON ☐	POULET AU FOUR ☐
FILET DE COLIN AU PERSIL ☐	SAUTÉ DE BOEUF AUX OIGNONS ☐	POULET AU FOUR ☐	ROTI DE PORC ^R ☐	POULET AU FOUR ☐	RÔTI DE BOEUF ^F ☐	SAUTÉ DE VOLAILLE CRÈME D'AIL ☐
HARICOTS BEURRE ☐	BOULGOUR ☐	COQUILLETES ☐	PURÉE DE CAROTTES ET PDT ☐	PURÉE DE LÉGUMES ☐	PENNE RIGATE ☐	PETITS POIS CUISINÉS ☐
PDT PERSILLÉES ☐	CÉLERI RAVE ET CAROTTES ☐	ÉPINARDS HACHÉS A LA CRÈME ☐	RIZ ☐	PURÉE DE PDT ☐	POMMES FRUITS ☐	PURÉE DE PDT ☐
PURÉE DE HARICOTS VERTS ☐	PURÉE DE PDT ☐	PURÉE DE PDT ☐	SALSIFIS ET CAROTTES ☐	SEMOULE AUX HERBES ☐	PURÉE DE HARICOTS VERTS ☐	PURÉE DE PDT ÉPINARDS ☐
GOUDA ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	EDAM ☐	GOUDA ☐	EDAM ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	GOUDA ☐
YAOURT NATURE ☐	SAINT PAULIN PORTION ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	YAOURT NATURE ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	SAINT PAULIN PORTION ☐	YAOURT NATURE ☐
CLEMENTINES ☐	KIWI ☐	BANANE ^{BIO} ☐	ANANAS FRAIS ☐	PURÉE DE POMMES SANS SUCRE ☐	ORANGE ☐	POIRE ☐
COMPOTE DE POMME ABRICOT ☐	ENTREMETS VANILLE ☐	CAKE A LA PRALINE ROSE ☐	LIÉGEOIS VANILLE CARAMEL ☐	COMPOTE DE POMME ☐	ENTREMETS PISTACHE ☐	POMPE AUX POMMES ☐
POMME AU FOUR SANS SUCRE ☐	PURÉE DE POMMES SANS SUCRE ☐	POMME AU FOUR SANS SUCRE ☐	FROMAGE BLANC NATURE ☐	POMME AU FOUR SANS SUCRE ☐	♥ SABLÉ NOIX DE COCO CITRON ♥ ☐	PURÉE DE POMMES SANS SUCRE ☐
RIZ AU LAIT COMPOTE DE POMMES ^{DC} ☐	FROMAGE BLANC FRUITS AU SIROP ^{DC} ☐	CRÈME GD MERE AU CHOCOLAT ^{DC} ☐	CRÈME AMANDINE AU KIRSCH ^{DC} ☐	SEMOULE AU LAIT ET RAISINS ^{DC} ☐	FROMAGE BLANC CONF D'ABRICOT ^{DC} ☐	TAPIOCA AU CHOCOLAT ^{DC} ☐
PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐	PAIN ☐

A : TRAITEUR ASSYA - BIO : BIO - C : PLAT COMPLET VIANDE + LEGUMES - DC : DESSERT COMPLET - F : FROID - R : PORC - VTE : VINAIGRETTE



NOM: _____

-PRENOM: _____

♥ A PARTAGER 2 PERS ♥
8,50 €