



## Comment commander vos menus ?

- Sur [www.lesrepaslivres.fr](http://www.lesrepaslivres.fr) - Onglet "Commander"
- Par téléphone au **01 64 22 48 82**
- En renvoyant ce bon de commande rempli scanné par mail [lesrepaslivres77@orange.fr](mailto:lesrepaslivres77@orange.fr)

NOM :	PRENOM	TEL. :
ADRESSE :		

### - SEMAINE 30 OCTOBRE AU 5 NOVEMBRE 2017 -

Cochez la case verte correspondant à votre choix ou choisissez le numéro du menu sur le formulaire internet

#### MENU DU JOUR - Lundi 30 octobre 2017

Entrée	1. Roulade de volaille aux olives	2. Salade exotique
Viande-Poisson	1. Emincé de dinde financière	2. Filet de hoki au beurre blanc
Accompagnement	1. Riz pilaf	2. Haricots verts forestiers
Laitage	1. Carré de l'est	2. Bifidus
Dessert	1. Yaourt aux fruits	2. Pomme de saison
+ En option gratuite	<input type="checkbox"/> Potage ou <input type="checkbox"/> Salade mélangée	<input type="checkbox"/> Pain

#### MENU DU JOUR - Mardi 31 octobre 2017

Entrée	1. Cèleri aux herbes	2. Terrine de saumon et mayonnaise
Viande-Poisson	1. Steak haché sauce mironton	2. Escalope de porc aux baies de genièvre*
Accompagnement	1. Carottes à la crème	2. Pâtes torsades
Laitage	1. Emmenthal	2. Fromage blanc
Dessert	1. Eclair au chocolat	2. Poire
+ En option gratuite	<input type="checkbox"/> Potage ou <input type="checkbox"/> Salade mélangée	<input type="checkbox"/> Pain

#### MENU DU JOUR - Mercredi 1<sup>er</sup> novembre 2017

Entrée	1. Saucisson à l'ail*	2. Pousses de soja tomate et maïs
Viande-Poisson	1. Poulet rôti	2. Omelette à la Portugaise
Accompagnement	1. Légumes piperade	2. Haricots beurre
Laitage	1. Tomme de Savoie	2. Fromage frais ail et fines herbes
Dessert	1. kiwis	2. Quetsches au sirop
+ En option gratuite	<input type="checkbox"/> Potage ou <input type="checkbox"/> Salade mélangée	<input type="checkbox"/> Pain

#### MENU DU JOUR - Jeudi 2 novembre 2017

Entrée	1. Tarte thon tomate	2. Salade de navets
Viande-Poisson	1. Couscous	2. Fricassée de porc*
Accompagnement	1. Accompagnement Couscous	2. Pommes campagnardes
Laitage	1. Duo de fromage	2. Yaourt
Dessert	1. Banane	2. Cake aux fruits
+ En option gratuite	<input type="checkbox"/> Potage ou <input type="checkbox"/> Salade mélangée	<input type="checkbox"/> Pain

\*Contient du porc

Cochez la case verte correspondant à votre choix ou choisissez le numéro du menu sur le formulaire internet

## MENU DU JOUR - Vendredi 3 novembre 2017

Entrée	1. Segments de pamplemousse	2. Sardine en salade
Viande-Poisson	1. Tagliatelles aux fruits de mer	2. Roti de bœuf sauce moutarde
Accompagnement	1. Accompagnement Tagliatelles	2. Poêlée asiatique
Laitage	1. Fromage affiné	2. Yaourt brassé
Dessert	1. Flan nappé caramel	2. Raisin
+ En option gratuite	<input type="checkbox"/> Potage ou <input type="checkbox"/> Salade mélangée <input type="checkbox"/> Pain	

## MENU DU JOUR - Samedi 4 novembre 2017

Entrée	1. Saumon fumé et œufs de lumps	2. Macédoine de légumes mayonnaise
Viande-Poisson	1. Carré d'agneau aux cèpes	2. Courgette farcie sauce tomate
Accompagnement	1. Flan de brocolis et pommes pin	2. Riz créole
Laitage	1. Camembert au lait cru	2. Fromage emballé individuel
Dessert	1. Financier aux fruits	2. Figs fraîches
+ En option gratuite	<input type="checkbox"/> Potage ou <input type="checkbox"/> Salade mélangée <input type="checkbox"/> Pain	

## MENU DU JOUR - Dimanche 5 novembre 2017

Entrée	1. Salade bleu et tomate	2. Lentilles vinaigrette échalotes
Viande-Poisson	1. Estouffade de veau	2. Croq'poisson ail et fines herbes
Accompagnement	1. Fusili	2. Endives braisées
Laitage	1. Mimolette	2. Faisselle
Dessert	1. Roulé chocolat noisette	2. Orange
+ En option gratuite	<input type="checkbox"/> Potage ou <input type="checkbox"/> Salade mélangée <input type="checkbox"/> Pain	

\*Contient du porc

**Si vous n'avez pas trouvé le choix qui vous convient dans les menus du jour, vous pouvez rayer les propositions et noter votre choix à la place (choix de la carte de remplacement proposés dans le formulaire de commande internet)**

### CARTE DE REMPLACEMENT

Entrée	Tomate persillée	Oeuf mayonnaise	Terrine de campagne*	Macédoine mayonnaise
Viande-Poisson	Cuisse de poulet rôti	Pâtes Carbonara "Plat unique"	Poisson pané	Steak haché
Accompagnement	Haricots verts	Pâtes	Purée	Riz
Laitage	Duo de fromage	Fromage emballé	Brie	Comté
Dessert	Brownie	Compote fruits	Yaourt aux fruits	Tarte aux pommes

**Pour toute question ou commande, n'hésitez pas à nous contacter au 01 64 22 48 82**  
**Vous pouvez aussi commander vos menus sur notre site [www.lesrepaslivres.fr](http://www.lesrepaslivres.fr)**