

	<i>Livraison du Mardi 4 Novembre 2025</i>	<i>Livraison du Vendredi 7 Novembre 2025</i>
Entrées	Salade soja carottes râpées à la chinoise 🥬🥕🍴	Carpaccio de courgettes citronné aux cacahuètes 🥕🥜
	Wraps de poulet, poivrons, carottes, sauce au fromage 🍴🥕🥬🍴	Tartine de purée de petits pois et mozzarella 🍴🥕
	Avocat farci aux légumes et fruits de saison	Salade de gésiers 🍴🥕🥬
Plats	Joue de porc au cidre et aux pommes 🍴	Cabillaud pané accompagné de riz sauce chorizo 🍴🥕
	Poulet au maroilles 🍴	Œufs brouillés au chorizo sur un lit de riz indien 🍴
	Porc Dongpo (porc laqué, recette chinoise) 🍴	Salade fraîcheur lentilles saumon citronné 🍴🥕
Desserts	Salade de fruits de saison	Flan onctueux à la vanille de Madagascar 🍴🥕🍴
	Verre de Granola, fromage blanc, fruits rouges et menthe 🍴🥕🍴🍴	Madeleines maison 🍴🥕🍴
	fromage blanc stracciatella (pépites de chocolat) 🍴	Gâteau au chocolat blanc 🍴🥕🍴
Produits laitiers	Douceur laitière fruitée 🍴	Yaourt nature traditionnel 🍴
	Tomme de Savoie 🍴	Gouda néerlandais 🍴
	Reblochon savoyard 🍴	Mimolette vieille 🍴
Potages	Soupe de légumes au curry 🥬	Velouté de poireaux aux pommes de terre 🍴
	Velouté de courgettes et brocolis relevé à l'ail 🍴	Velouté de petits pois 🍴
	Velouté de potimarron au lait des îles 🍴	Velouté de butternut au lait de coco 🍴

Allergènes

- 🍴 Gluten
- 🥬 Sésame
- 🥜 Noisettes
- 🍴 Crustacés
- 🍴 Oeufs
- 🍴 Poissons
- 🍴 Moutarde
- 🍴 Lait
- 🥬 Céleri
- 🥜 Cacahuètes
- 🥬 Soja
- 🍴 Fruits de mer
- 🍴 Lupins
- 🍴 Sulfites



Recevez le menu chaque semaine
en envoyant MENU sur WhatsApp
au 07.43.28.29.24



Du pain, une boisson, un pack
d'eau ? Nous pouvons vous livrer !



Une demande spéciale, parlons-en !

Plat (portion réduite) :	12,90 €
Plat :	15,90 €
Entrée + Plat ou Plat + Dessert :	19,90 €
Potage ou Entrée ou Dessert :	4,90 €
Produit laitier :	2,50 €
Livraisons chaque Mardi et Vendredi :	6,50 €
(3€ si plus de 3 clients dans votre résidence ou votre rue)	