

# BIEN VIVRE CHEZ SOI

Ref 4.4

Du 31/03/2026 au 06/04/2026

Semaine 14

Commande à remettre au plus tard le jeudi 19 Mars 2026

Végétarien		Qté		Qté	
<b>MARDI 31</b>			salade du sportif		Potage légumes
			Dés de céleri à la provençale		Pamplemousse
			Lentilles		Curry de légumes au lait de coco / Riz (plat complet)
			Saint Bricet		Fromage blanc
			Semoule au lait Sarthois et raisin		Orange
<b>MERCREDI 01</b>			Céleri rémoulade		Potage Carottes
			Omelette		Salade du béarn
			Pâtes		Nuggets au Soja
			Edam		Choux fleurs persillés
			Mousse au chocolat		Yaourt nature
<b>JEUDI 02</b>			Haricots Blancs vinaigrette		Kiwi
			Galette Haricot/Quinoa/Légumes		Potage Carottes
			Brunoise de légumes		Salade terroir
			Petit suisse		Bolo Veggie / Pâtes (plat complet)
			Pomme		Camembert
<b>VENDREDI 03</b>			Betteraves ciboulette		Liégeois au café
			Lasagne Végétarienne		Potage Brocolis
			Salade verte		Salade coleslaw
			Rondelé aux noix		Galette Boulgour/Emmental
			Cake aux pommes maison		Epinards sauce béchamel
<b>SAMEDI 04</b>			Pomme de terre vinaigrette		Yaourt nature
			Boulette de soja et tomate		Poire
			Chou choucroute et pommes de terre		Potage Brocolis
			Gouda		Carottes râpées vinaigrette
			Entremets praliné au lait Sarthois		Galette Soja, tomate
<b>DIMANCHE 05</b>	<b>P â q u e s</b>		Feuilleté fromage		Carottes
			Boulettes Thaï		Fromage blanc
			Flageolets		Compote Pomme bio/4 épices
			Pavé 1/2 Sel		Potage légumes verts
			<b>Nid de pâques chocolat</b>		Salade de lentilles
<b>LUNDI 06</b>			Radis, beurre doux		Pané fromager
			Lentilles corail à l'indienne/ semoule aux petits légumes (Plat		Pommes de terre quartier
			Camembert		Yaourt nature
			Fruit de Saison		Compote pommes bio maison
					Potage légumes verts

Composition:

Salade terroir (sv) : pomme de terre,emmental,moutarde ancienne,tomate,persil,mayonnaise,radis.