

* = Plat avec du porc
Plat sans viande



Gourmandiz - services et portage de repas à domicile

Place de l'Hôtel de Ville - 71460 Saint-Gengoux-le-national

Tél. : 03 85 92 55 23 Mail : contact@gourmandiz-repas.fr



Gourmandiz
Repas livrés, repas dignifiés !

MENUS DU 28/01/2025 AU 03/02/2025

Client :

S5

mardi 28

1. Salade de pomme de terre
2. Salade de cocos en persillade
3. Cœur de laitue
4. Velouté de poireaux
5. Jambon blanc*

mercredi 29

1. Salade Chinoise
2. Chou chinois vinaigrette au miel
3. Nem au poulet
4. Velouté de carottes
5. Jambon blanc*

jeudi 30

1. Salade verte
2. Poireau cuit à la vinaigrette
3. Pâté de campagne*
4. Velouté de potiron
5. Jambon blanc*

vendredi 31

1. Carottes rapées
2. Céleris sauce gribiche
3. Acras de morue
4. Soupe pois cassés
5. Jambon blanc*

samedi 1

1. Friand à la viande*
2. Salade d'endives vinaigrette
3. Roulade de volaille
4. Velouté Dubarry
5. Jambon blanc*

dimanche 2

1. Pavé au poivre*
2. Mâche aux noix
3. Crêpe au fromage
4. Velouté maraîcher
5. Jambon blanc*

lundi 3

1. Salade haricots verts BIO vinaigrette balsamique
2. Betterave cuite vinaigrette
3. Terrine de poisson
4. Potage façon Saint-Germain
5. Jambon blanc*

1. Rôti de porc* aigre doux
2. Tarte au fromage
3. Jambon de dinde
4. Poisson poché nature
5. Salsifis au coulis de tomate

1. Filet de hoki MSC à la crème de curry
2. Quenelle nature à la crème & épices douces
3. Longe de porc* nature
4. Poisson poché nature
5. Riz

1. Sauce italienne à l'égrené végétal BIO
2. Boulettes de boeuf Stroganoff
3. Aiguillette de poulet pochée
4. Poisson poché nature
5. Coquillettes

1. Rôti de dinde au jus
2. Haché de cabillaud à la catalane
3. Escalope volaille pochée
4. Poisson poché nature
5. Gratin breton

1. Calamar à l'armoricaine
2. Chou farci sauce tomate
3. Rôti de dinde nature
4. Poisson poché nature
5. Haricots verts en persillade

1. Cassoulet garni* (PC)
2. Roulé au fromage
3. Poulet rôti nature
4. Poisson poché nature
5. Cocos sauce tomate

1. Steak haché sauce provençale
2. Boulettes végétariennes tomate mozarella
3. Jambon de dinde
4. Poisson poché nature
5. Purée de pomme de terre

1. Polenta crémeuse
2. Purée de céleris
3. Haricot beurre vapeur
4. Pomme de terre vapeur
5. Kiri

1. Haricots beurre
2. Purée de pomme de terre
3. Petits pois vapeur
4. Pomme de terre vapeur
5. Petit suisse nature

1. Julienne de légumes
2. Purée de haricot vert
3. Julienne légumes vapeur
4. Pomme de terre vapeur
5. Emmental à la coupe

1. Potato Wedges
2. Purée d'épinards
3. Brocolis vapeur
4. Pomme de terre vapeur
5. Yaourt BIO au sucre de canne

1. Haricots verts en persillade
2. Riz BIO
3. Purée de potiron
4. Carotte vapeur
5. Carré liquéil à la coupe

1. Cocos sauce tomate
2. Carottes
3. Purée de pois cassés
4. Haricot vert vapeur
5. Pomme de terre vapeur

1. Purée de pomme de terre
2. Blettes persillées
3. Purée de carottes
4. Blettes vapeur
5. Pomme de terre vapeur

1. Compoite de pommes BIO maison à la vanille
2. Bigarreaux au sirop
3. Mousse au chocolat
4. Compoite pomme banane sans sucre

1. Gâteau à la noix de coco base d'œufs BIO
2. Clémenvilla
3. Crème dessert saveur praliné
4. Compoite poire sans sucre

1. Pomme
2. Flan vanille
3. Compoite pomme coing sans sucre

1. Crêpe sucrée
2. Orange
3. Liégeois au chocolat
4. Compoite pomme sans sucre

1. Tarte Normande
2. Pruneaux au sirop
3. Compoite pomme banane sans sucre

1. Moelleux au citron à base d'œufs BIO
2. Kiwi
3. Gâteau de semoule au caramel
4. Compoite poire sans sucre

1. Crème dessert chocolat
2. Novly au caramel
3. Fruit (selon arrivage)
4. Compoite pomme coing sans sucre

Pain Baguette 1/2 Baguette

Pain Baguette 1/2 Baguette

Pain Baguette 1/2 Baguette

Pain Baguette 1/2 Baguette

Pain Baguette 1/2 Baguette

Pain Baguette 1/2 Baguette

Pain Baguette 1/2 Baguette

* = Plat avec du porc
Plat sans viande

Origine de
nos viandes

Gourmandiz - services et portage de repas à domicile
Place de l'Hôtel de Ville - 71460 Saint-Gengoux-le-national
Tel : 03 85 92 55 23 Mail : contact@gourmandiz-repas.fr

Gourmandiz
Repas livrés, repas dégustés !

MENUS DU 04/02/2025 AU 10/02/2025
Client : S6

	mardi 4	mercredi 5	jeudi 6	vendredi 7	samedi 8	dimanche 9	lundi 10
1.	Salade de riz BIO	Mortadelle*	Salade verte	Salade d'endives à la parmentière	Poireau cuit béarnaise	Jambon* persillé	Pomelos
2.	Mousson de canard	Allumette au fromage	Salade salpicão	Salade coleslaw	Mousse de foie* forestière	Salade tendre pousse aux croûtons	Avocat/maïonnaise
3.	Choux rouge mais	Mâche vinaigrette	Crêpe forestière	Pâté croustie*	Nem aux légumes	Rillettes de thon maison	Sarnoussa aux légumes
4.	Soupe de légumes	Velouté forestier	Soupe du potager	Potage cultivateur	Soupe à l'oignon	Velouté breton	Velouté maraîcher
5.	Jambon blanc*	Jambon blanc*	Jambon blanc*	Jambon blanc*	Jambon blanc*	Jambon blanc*	Jambon blanc*
1.	Beaufillet de colin au beurre blanc	Emincé de dinde à la tomate	Croquets au jambon* (PC)	Pépites colin 3 céréales	Tête de veau sauce gribiche	Choucroute garnie* (PC)	Moules façon mouclade
2.	Cervelas chaud*	Omelette sauce milanaise	Tarte thon & tomate	Tripes* à la mode de Caen	Cappelletti au saumon fumé (PC)	Paupiette de poisson sauce crustacés	Blanquette de volaille
3.	Aiguillette de poulet pochée	Jambon blanc*	Rôti de dinde nature	Poulet roti nature	Longe de porc* nature	Escalope volaille pochée	Longe de porc* nature
4.	Poisson poché nature	Poisson poché nature	Poisson poché nature	Poisson poché nature	Poisson poché nature	Poisson poché nature	Poisson poché nature
1.	Petit pois	Chou-fleur à la crème	Crozet au beurre	Epinards bechamel	Haricots beurre	Choucroute et pommes vapeur	Riz
2.	Blé au beurre	Semoule	Haricot plat au beurre	Boulgour au beurre	Flageolets	Julienne de légumes	Champignons persillés
3.	Purée d'épinards	Purée de potiron	Purée de brocolis	Purée de pois cassés	Purée de chou-fleur	Purée de haricot vert	Purée de céleris
4.	Saisifs vapeur	Jardinière vapeur	Haricot plat vapeur	Haricot beurre vapeur	Julienne légumes vapeur	Carotte vapeur	Chou-fleur vapeur
5.	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
1.	Petit suisse aux fruits	Cantal à la coupe AOP	Rondelé nature	Friosos	Coulommiers à la coupe	Yaourt panier fruités mixés	Gouda à la coupe
2.	Fromy	Yaourt nature fermier	Bleu douceur	Pont l'évêque AOP à la coupe	Fromage blanc	Saint-Félicien à la coupe	Petit suisse nature
3.	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
1.	Salade de fruits crus et cuites	Clémentine BIO	Pomme BIO	Moeuleux pomme/cannelle aux oeufs BIO	Millé-feuille	Flan au café maison (lait BIO)	Kiwi BIO
2.	Compte de pommes et abricots	Kiwi	Orange	Chou à la vanille	Clémentine BIO	Pêche cuite au thym	Poire
3.	Donut au sucre	Liégeois vanille	Riz au lait	Ananas frais	Mousse au citron	Tarte aux pralines	Gaufre liégeoise
4.	Compte pomme sans sucre	Compte pomme banane sans sucre	Compte poire sans sucre	Compte pomme coing sans sucre	Compte pomme sans sucre	Compte pomme banane sans sucre	Compte poire sans sucre
	Pain <input type="checkbox"/> Baguette <input type="checkbox"/> 1/2 Baguette <input type="checkbox"/>	Pain <input type="checkbox"/> Baguette <input type="checkbox"/> 1/2 Baguette <input type="checkbox"/>	Pain <input type="checkbox"/> Baguette <input type="checkbox"/> 1/2 Baguette <input type="checkbox"/>	Pain <input type="checkbox"/> Baguette <input type="checkbox"/> 1/2 Baguette <input type="checkbox"/>	Pain <input type="checkbox"/> Baguette <input type="checkbox"/> 1/2 Baguette <input type="checkbox"/>	Pain <input type="checkbox"/> Baguette <input type="checkbox"/> 1/2 Baguette <input type="checkbox"/>	Pain <input type="checkbox"/> Baguette <input type="checkbox"/> 1/2 Baguette <input type="checkbox"/>