

Lundi 11 janvier
Mardi 12 janvier
Mercredi 13 janvier

Si possible merci de commander la veille

Commande avant 10h, pour une livraison entre 11h et 12h30

02 40 03 58 70

traiteur.lechemindessaveurs@orange.fr

Sandwich au choix :

Lundi, Mardi, Mercredi ½ Baguette, jambon, beurre, fromage 3€90 l'unité

Lundi 1/2 baguette de viande de grison, fromage de brebis, confiture de cerise, roquette, noix 4€10 l'unité

Mardi ½ baguette jambon sec, crème moutardé à l'huile d'olive et basilic, comté, tomate et tomate confite 4€10 l'unité

Mercredi Wrap de poulet tex mex, tomate, salade, maïs, oignon rouge, poivron, sauce aux épices 4€10 l'unité

Dessert au choix : **Lundi, Mardi, Mercredi**

Salade de fruits frais 2€70 La Part

Verrine de pomme, mousse pomme et spéculoos 2€70 La Part

Tarte rustique aux abricots et romarin 2€50 la part

Smoothie bowl banane, chocolat au lait d'amande 2€70 La Part (noisettes grillées, coco, banane séchée, granola chocolat, graine de chanvre)

Verrine d'ananas, passion, mousse fromage blanc 2€70 La Part

Eclair crème de pistache et framboises 2€50 La Part

Yaourt artisanal (vanille, fraise, framboise, mangue) 2€40 La Part

Page 2 pour menu du jeudi et vendredi

Entrée au choix : Petite Barquette : 2€80/ Moyenne Barquette : 5€50 / Grande Barquette : 7€70/ Potage : 2€80

LUNDI

Salade de lentille, potimarron au four, raisin blanc, chèvre, épinard, ciboulette

Vietnamienne : pousse soja, poulet, crevette, céleri, coriandre, ciboulette

Salade de nouille chinoise : carotte, mangetout, fève, poivron rouge et jaune, tomate, oignon frits (sauce sésame, miel, balsamique)

POTAGE : Potage de courgette Boursin

MARDI

Vietnamienne : pousse soja, poulet, crevette, céleri, coriandre, ciboulette

Salade de nouille chinoise : carotte, mangetout, fève, poivron rouge et jaune, tomate, oignon frits (sauce sésame, miel, balsamique)

Granny : pomme, roquefort, épinard, raisins secs, vinaigrette balsamique

POTAGE : Potage de courgette Boursin

MERCREDI

Russe : pomme de terre, thon, carotte, petit pois, œuf, mayonnaise

Torsade : pâte, lardon, champignon, petit pois, œuf, comté, basilic

Quinoa rouge, riz, avocat, fêta, poivron, oignon et persil

POTAGE : Potage de butternut et panais, lait de coco, muscade (graine de courge poêlée)

Tarte au choix : 2€60 La Part / Tarte entière 15€

LUNDI ET MARDI uniquement Tarte endive et saumon fumé/ Tarte aux légumes

Mercredi Tarte poireaux, poulet, bacon/ Tarte courgette, fêta, pignon de pin, tomate confite, pesto

Plat au choix : **Lundi- Mardi,**

Tajine de légumes (carotte, courgette, pois chiches), semoule et boulettes végétales 7€90 La Part

Sauté de poulet façon Grand-Mère (lardon, champignon, petit oignon) pomme de terre au four 7€90 La Part

Parmentier de saumon, purée de patate douce au curry * (Plat rentrant dans formule express) 6€40 La Part

Buddha Bowl (Froid) : Poulet pané, quinoa, tomate cerise, radis, avocat, œuf dur, artichaut mariné, oignon rouge, coriandre, sauce soja, vinaigre de riz, huile de sésame, jus de citron 7€90 La Part (Possibilité Végétarien sur demande)

Mercredi

Blanquette d'agneau au curry 7€90 La Part

Zarzuela de poisson à la catalane (poisson, crevette, poireaux, carotte, pomme de terre) 7€90 La Part

Parmentier de canard aux champignons * (Plat rentrant dans formule express) 6€40 La Part

Buddha Bowl (Froid) : Poulet pané, quinoa, tomate cerise, radis, avocat, œuf dur, artichaut mariné, oignon rouge, coriandre, sauce soja, vinaigre de riz, huile de sésame, jus de citron 7€90 La Part (Possibilité Végétarien sur demande)

Formule Gourmande

8€60

Entrée
Sandwich
Dessert

Pause Dèj

6€80

Entrée
ou Dessert
Sandwich
Boisson

Formule Salade

8€80

Grande Salade
Dessert

Formule Tarte

7€

Entrée
+ Tarte
+ Dessert

Formule Duo

7€

2 Entrées
(ou une moyenne
barquette)
+ Tarte
Ou Dessert

Formule Express

8€40

Entrée
ou Dessert
+ Gratin *

Formule Saveur

9€90

Entrée
+ Plat ou Buddha
Ou
Plat ou Buddha
+ Dessert

Formule Découverte

11€10

Entrée
+ Plat
+ Dessert

Boisson au choix :

Boisson 33cl : 1€80

Coca/ Coca cherry Coca Zéro/ Orangina/ Oasis tropical/ Oasis pomme, cassis/ Perrier / Ice Tea Lemon / Ice Tea Pêche /Eau gazeuse citron 1€80 (33cl), Eau gazeuse citron vert 1€80/

Eau 50cl : Cristalline 1€10, San Pellegrino 1€80,

Cristalline 1l50 : 2€10// **Perrier 1l** : 2€60

Baguette : 1€70 ; Morceau de Pain : 0€40 / Couverts en bois : 0€40/ Couverts véritable : 1€70

Paiement CB avec et sans contact, CB VAD, Carte TR, TR, chèque, espèce (nous préciser si vous n'avez pas l'appoint afin de le prévoir)

Tous nos plats sont préparés par nos soins.

Les plats du jour sont livrés froids (à réchauffer environ 2-3 minutes au four à micro-onde)

Il peut y avoir des modifications sur certains plats.

Liste des allergènes sur demande

Nos livraisons s'effectuent dans le cadre de tournées que nous adaptons en fonction des premiers appels.



Jeudi 14 janvier
Vendredi 15 janvier

Si possible merci de commander la veille
Commande avant 10h, pour une livraison entre 11h et 12h30
02 40 03 58 70
traiteur.lechemindessaveurs@orange.fr

Dessert au choix : **Jeudi, Vendredi**

Salade de fruits frais 2€70 La Part
Verrine de tiramisu au Oréo 2€70 La Part
Tarte Tatin 2€50 la part
Smoothie bowl pomme, poire, banane, framboise, gingembre 2€70 La Part (raisin blanc, graine de chia, baie de goji, noix de coco, framboise)
Verrine de cheesecake au caramel beurre salé 2€70 La Part
Crumble mangue, banane, chocolat 2€50 La Part
Yaourt artisanal (vanille, mangue et fraise, framboise) 2€40 La Part

Entrée au choix : Petite Barquette : 2€80/ Moyenne Barquette : 5€50 / Grande Barquette : 7€70

Jeudi

Grison : haricot vert, grison, comté, tomate confite, amandes

Marine : saumon, carotte, tomate, œuf, crevette, sauce cocktail

Millet, potimarron et butternut à la vapeur, roquette, noix de pécan, canneberges séchées, vinaigrette à l'huile d'olive, jus de citron, moutarde

POTAGE : Potage de petit pois au curry

Vendredi

Grison : haricot vert, grison, comté, tomate confite, amandes

Marine : saumon, carotte, tomate, œuf, crevette, sauce cocktail

Torsade Végétarienne : torsade, pesto, tomate cerise, avocat, olive noire, fêta, pignon de pin, basilic

POTAGE : Potage de petit pois au curryn

Tarte au choix : 2€60 La Part / Tarte entière 15€

Jeudi, Vendredi uniquement Tarte chorizo, curé nantais, tomate/ Tarte thon, tomate, moutarde

Plat au choix : **Jeudi, Vendredi**

Lasagne de légumes, chèvre et jambon sec * (Plat rentrant dans formule express) 6€40 La Part

Sauté de sot l'y laisse de dinde au chorizo, riz et poivro 7€90 La Part

Dos de cabillaud, sauce safranée, poêlée de patate douce, poivron, champignon, fève 7€90 La Part

Buddha Bowl (Froid) : Riz complet, panais et patate douce aux épices, carotte, mâche, noix de cajou, origan, houmous, vinaigrette à l'ail, boulette d'agneau au curry 7€90 La Part (Possibilité Végétarien sur demande)

Sandwich au choix :

Jeudi, Vendredi ½ Baguette, jambon, beurre, fromage 3€90 l'unité

Jeudi ½ baguette thon mayonnaise, tomate, œuf, salade 4€10 l'unité 4€10 l'unité

Vendredi Wraps de crevette sautée au beurre d'ail, pousse de soja, carotte, poivron, concombre, crème ciboulette, salade 4€10 l'unité

**Formule
Gourmande**

8€60
Entrée
Sandwich
Dessert

Pause Dèj

6€80
Entrée
ou Dessert
Sandwich
Boisson

**Formule
Salade**

8€80
Grande Salade
Dessert

**Formule
Tarte**

7€
Entrée
+ Tarte
+ Dessert

Formule Duo

7€
2 Entrées
(ou une moyenne
barquette)
+ Tarte
Ou Dessert

**Formule
Express**

8€40
Entrée
ou Dessert
+ Plat *

**Formule
Saveur**

9€90
Entrée
+ Plat ou Buddha
Ou
Plat ou Buddha
+ Dessert

**Formule
Découverte**

11€10
Entrée
+ Plat
+ Dessert

Boisson au choix :

Boisson 33cl : 1€80

Coca/ Coca cherry Coca Zéro/ Orangina/ Oasis tropical/ Oasis pomme, cassis/ Perrier /
Ice Tea Lemon / Ice Tea Pêche /Eau gazeuse citron 1€80 (33cl), Eau gazeuse citron vert 1€80/

Eau 50cl : Cristalline 1€10, San Pellegrino 1€80,

Cristalline 1l50 : 2€10// Perrier 1l : 2€60

Baguette : 1€70 ; Morceau de Pain : 0€40 / Couverts en bois : 0€40/ Couverts véritable : 1€70

Paiement CB avec et sans contact, CB VAD, Carte TR, TR, chèque,
espèce (nous préciser si vous n'avez pas l'appoint afin de le prévoir)

Tous nos plats sont préparés par nos soins.
Les plats du jour sont livrés froids (à réchauffer environ 2-3 minutes au four à micro-onde)
Il peut y avoir des modifications sur certains plats.
Liste des allergènes sur demande
Nos livraisons s'effectuent dans le cadre de tournées que nous adaptons en fonction des premiers appels.