

Lundi 27 septembre
Mardi 28 septembre
Mercredi 29 septembre

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 Wrap de chèvre, crème de concombre, tomate cerise, roquette, concombre, graine de tournesol et courge 4€10 l'unité

Mardi Ciabatta de poulet mariné barbecue, tapenade de tomate, courgette poêlée, comté, roquette 4€10 l'unité

Mercredi Bagnat de thon mayonnaise, ciboulette, tomate, œuf, salade 4€10 l'unité

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

Salade de fruits frais 2€70 La Part

Verrine de mousse au citron vert aux fruits rouges 2€70 La Part

Crumble pomme, framboise 2€50 la part

Smoothie bowl framboise, mangue, banane 2€70 La Part (kiwi, graine de chia, granola, framboise, mangue séchée)

Clafouti aux poires et spéculoos 2€50 La Part

Verrine de cheesecake, mangue, framboise et spéculoos 2€70 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

Pâte Italienne : penne, tomate cerise, mozzarella, pesto, pignon de pin, jambon sec et basilic

Taboulé de quinoa végétarienne

Lentille au saumon, carotte, tomate cerise, avocat

MARDI

Pâte oiseau : saumon, courgette, tomate confite

Montbéliarde : pomme de terre, saucisse fumé, tomate cerise, œuf, échalote

Taboulé vert : semoule, haricot vert, petit pois, tomate cerise, asperge verte, menthe

Mercredi

La Cuisinée : pomme de terre, chorizo, tomate cerise, oignon et poivron cuisiné

Océane : riz, thon, tomate, maïs, petit pois, sauce cocktail

Haricot vert végétarienne : feta, tomate cerise, tomate confite, olive noire, feta, basilic

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

LUNDI ET MARDI Tarte courgette, feta, tomate confite, pignon de pin, pesto / Tarte poulet, comté, tomate cerise

MERCREDI Tarte thon, poivron, mozzarella, origan / Tarte chorizo, curé nantais, tomate cerise

Plat au choix :

Lundi-Mardi

Sauté de veau marengo La Part 7€90 (sauce tomate at basilic, pomme de terre, champignon)

Couscous de la mer 7€90 La Part (semoule safranée, courgette, carotte, saumon, cabillaud, crevette, bouillon safranée)

Chili con carne * (Plat rentrant dans formule express) 6€40 La Part (riz basmati)

Buddha Bowl (Froid) Quinoa, tomate cerise, radis, avocat, concombre, pois chiches aux épices, feta, persil, oignon rouge, poulet au citron et poivre vert (huile d'olive jus de citron) 7€90 La Part (Possibilité Végétarien sur demande)

GRANDE SALADE DE LA SEMAINE : Salade, magret fumé, haricot vert, tomate cerise, œuf poché, parmesan, noix, vinaigrette moutardé 7€70 La Part

Mercredi

Dos de cabillaud sauce chorizo 7€90 La Part (mix de carotte et riz)

Wok de légumes, sauce au curry, galette de lentille corail et céréale, patate douce La Part 7€90

Parmentier d'agneau oignons confit, purée de pomme de terre au basilic * (Plat rentrant dans formule express) 6€40 La Part

Buddha Bowl (Froid) Quinoa, tomate cerise, radis, avocat, concombre, pois chiches aux épices, feta, persil, oignon rouge, poulet au citron et poivre vert (huile d'olive jus de citron) 7€90 La Part (Possibilité Végétarien sur demande)

GRANDE SALADE DE LA SEMAINE : Salade, magret fumé, haricot vert, tomate cerise, œuf poché, parmesan, noix, vinaigrette moutardé 7€70 La Part

Formule Gourmande

8€80

Entrée
Sandwich
Dessert

Pause Dèj

7€

Entrée
ou Dessert
Sandwich
Boisson

Formule Salade

9€

Grande Salade
Dessert

Formule Tarte

7€20

Entrée
+ Tarte
+ Dessert

Formule Duo

7€20

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

Formule Express

8€70

Entrée
ou Dessert
+ Gratin *

Formule Saveur

10€20

Entrée
+ Plat ou Buddha
Ou
Plat ou Buddha
+ Dessert

Formule Découverte

11€40

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.

Sur le chemin des Saveurs...

Jeudi 30 septembre
Vendredi 1^{er} octobre

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 aux pommes et caramel beurre salé 2€70 La Part
Tarte aux abricots et pistaches 2€50 la part
Smoothie bowl pomme, poire, banane, framboise, gingembre 2€70 La Part (raisin blanc, figue, graine de chia, baie de goji, coco)
Verrine de panacotta de lait de coco, mousse au chocolat noix de coco 2€70 La Part
Eclair crème de passion et mangue 2€50 La Part
Yaourt artisanal (vanille, mangue et framboise, fraise) 2€40 La Part

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

Jeudi

Melon : jambon sec, mozzarella, tomate cerise

Quinoa aux crevettes : avocat, poivron, tomate cerise

Mexicaine : avocat, haricot rouge, maïs, poivron, tomate cerise

Vendredi

Pâte aux crevettes : carotte, tomate cerise, sauce curry

Paysanne : pomme de terre, lardon, tomate cerise, chèvre, vinaigrette de framboise

Lentille Végétarienne : carotte, concombre, poivron, cornichon, échalote

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

Jeudi, Vendredi uniquement Tarte crevette, pesto, tomate cerise/ Tarte courgette, coppa, chèvre

Plat au choix : **Jeudi, Vendredi**

Risotto aux crevettes, paprika, courgette, poivron, petit pois, tomate cerise, champignon * (Plat rentrant dans formule express) 6€40 La Part

Sauté de Poulet créole 7€90 La Part (Achard de légumes créoles : carotte, poivron haricot vert, oignon, ail, gingembre)

Parmentier de cabillaud, épinard, purée de butternut, tomate cuisinée, graine de courge * (Plat rentrant dans formule express) 6€40 La Part

Buddha Bowl (Froid) : Blé aux épices, boulette d'agneau au curry, avocat, brocoli, carotte, poivron jaune, pickles de radi

s, sauce pita, vinaigrette balsamique 7€90 La Part (Possibilité Végétarien sur demande)

Sandwich au choix :

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

Jeudi Wrap de poulet grillé, avocat, tomate cerise, crème ricotta aux épinard, roquette 4€10 l'unité

Vendredi Ciabatta au jambon de Bayonne, parmesan, tomate, mozzarella, poivron mariné, basilic, sésame, origan séché, roquette 4€10 l'unité

GRANDE SALADE DE LA SEMAINE : Salade, crevettes mariné à la thaïe, vermicelle de riz, carotte, concombre, tomate cerise,

**Formule
Gourmande**

8€80

Entrée
Sandwich
Dessert

Pause Dèj

7€

Entrée
ou Dessert
Sandwich
Boisson

**Formule
Salade**

9€

Grande Salade
Dessert

**Formule
Tarte**

7€20

Entrée
+ Tarte
+ Dessert

Formule Duo

7€20

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

**Formule
Express**

8€70

Entrée
ou Dessert
+ Plat *

**Formule
Saveur**

10€20

Entrée
+ Plat ou Buddha
Ou
Plat ou Buddha
+ Dessert

**Formule
Découverte**

11€40

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.