

**VOTRE NOM et Prénom :** .....

Votre adresse (Menu Liberté Seulement) : .....

### Semaine du 07 juillet au 13 juillet 2025

| Lundi 07/07                    | Mardi 08/07                 | Mercredi 09/07                      |
|--------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|
| <b>Entrées au choix</b>        |                             |                                     |
| Feuilleté à la viande          | Salade de concombre         | Tiramisu de tomate et fromage frais |
| Melon                          | Melon                       | Melon                               |
| Ou Potage de Légumes du jour + | Ou Potage Légumes du jour + | Ou Potage de Légumes du jour +      |

| Plats au choix                          |                                  |                              |
|---|----------------------------------|------------------------------|
| Dahl de lentilles (lait de coco)<br>Riz | Risotto au chou-fleur et lardons | Boulettes de Bœuf Purée      |
| Moussaka (aubergine et bœuf)            | Moussaka (aubergine et bœuf)     | Moussaka (aubergine et bœuf) |

| Laitage                   |                           |                           |
|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Fromage ou yaourt du jour | Fromage ou yaourt du jour | Fromage ou yaourt du jour |

| Desserts                              |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| Yaourt                                | Fruit                                 | Salade de fruits                      |
| Salade de Fruits ou Fruit de saison + | Salade de Fruits ou Fruit de saison + | Salade de Fruits ou Fruit de saison + |

Compléter votre déjeuner du midi par un repas léger en soirée :

|                                     |  |  |  |  |
|-------------------------------------|--|--|--|--|
| Potage du jour en supplément +2€    |  |  |  |  |
| Fruit de saison en supplément + 1 € |  |  |  |  |

pain de mie  baguette

Vous recevez vos enfants pour partager un repas ? indiquer le nombre de repas souhaités

**Annulation possible au minimum 72h à l'avance.** Tout menu non décommandé est facturé. Règlement sur facture par quinzaine. Paiement par virement ou prélèvement automatique ou par chèque à l'ordre SAS CLC11

Pour vos virements : IBAN FR76 1027 8025 7700 0207 4470 146 - BIC CMCIFR2A

Chère cliente, cher client,

Merci de nous retourner ce document avant le

#### Le vendredi 27 juin

En respectant cette date de retour, vous nous permettez de gérer au mieux nos achats de produits frais. Merci de votre aide.

Séjournant, le repas à domicile depuis 30 ans.

#### Signature client :

Retrouvez nos menus hebdomadaires sur [www.sejournant-portage.fr](http://www.sejournant-portage.fr).

Une habitude alimentaire particulière ? Faites-le nous savoir, nos équipes feront au mieux pour en tenir compte.  
**Annulation possible au minimum 72h à l'avance.** Tout menu non décommandé est facturé.

\* Menus proposés sous réserve de disponibilités des produits. La maison Séjournant se réserve le droit de remplacer un plat.

| Jeudi 10/07                            |  | Vendredi 11/07                        |  | Samedi 12/07                          |  | Dimanche 13/07                                     |  |
|--|--|---------------------------------------|--|---------------------------------------|--|--|--|
| <b>Entrées au choix</b>                |  |                                       |  |                                       |  |  |  |
| Salade de melon et jambon cru          |  | Toast de sardine                      |  | Flan de légumes                       |  | Galette de blé<br>Jambon et fromage                |  |
| Croque-monsieur                        |  | Croque-Monsieur                       |  | Croque-Monsieur                       |  | Croque-Monsieur                                    |  |
| Ou Potage Légumes du Jour +            |  | Ou Potage Légumes du Jour +           |  | Ou Potage Légumes du Jour +           |  | Ou Potage Légumes du Jour +                        |  |
| <b>Plats au choix</b>                  |  |                                       |  |                                       |  |  |  |
| Emincé de poulet<br>Champignons et Blé |  | Blanquette de poisson<br>Courgettes   |  | Roti de Porc<br>Gratin dauphinois     |  | Cuisse de Canard aux cerises<br>Crumble de légumes |  |
| Moussaka (aubergine et bœuf)           |  | Pates au jambon                       |  | Pates au jambon                       |  | Pates au jambon                                    |  |
| Laitage du jour                        |  |                                       |  |                                       |  |  |  |
| Fromage ou yaourt du jour              |  | Fromage ou yaourt du jour             |  | Fromage ou yaourt du jour             |  | Fromage ou yaourt du jour                          |  |
| <b>Desserts</b>                        |  |                                       |  |                                       |  |  |  |
| Crème dessert                          |  | Crêpe                                 |  | Banane                                |  | Ile flottante                                      |  |
| Salade de Fruits ou Fruit de saison +  |  | Salade de Fruits ou Fruit de saison + |  | Salade de Fruits ou Fruit de saison + |  | Salade de Fruits ou Fruit de saison +              |  |
| Potage en supplément + 2€              |  |                                       |  |                                       |  |  |  |
| Fruit de saison en supplément +1 €     |  |                                       |  |                                       |  |  |  |

**NB nos menus sont susceptibles de modifications sans préavis afin d'éviter le gaspillage alimentaire**

**TARIFS de nos prestations livrées** Avantage fiscal (déductible de vos impôts ou remboursé annuellement) :

|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>MENU SERENITE (5 repas mini hebdo)</b><br>4 composantes sans choix (sauf entrée dessert) + pain  | 14.50€ TTC (livraison incluse)<br>Dont 6.30€ de livraison | Prix Après déduction fiscale (50% frais de livraison)<br><b>11.35 € TTC</b> |
| <b>MENU CONFIANCE (3 repas mini hebdo)</b><br>4 composantes sans choix (sauf entrée dessert) + pain   | 15.50€ TTC (livraison incluse)<br>Dont 6.30€ de livraison | <b>12.35€ TTC</b>   |
| <b>MENU LIBERTE (mini 72h à l'avance)</b><br><b>(Demandes ponctuelles inférieures 3 repas hebdo)</b><br>4 composantes avec choix (nous interroger) + pain | 17€ TTC (livraison incluse)<br>Dont 6.30€ de livraison    | <b>13.85€ TTC</b>   |



**NOUVEAU : Livraison sur le département de l'AUBE**

**TARIF DE LIVRAISON HORS ZONE (Nous consulter) 8€ TTC**  
dont 50% déductibles de vos impôts