



Communauté
de communes du
PROVINOIS

PORTAGE DE REPAS A DOMICILE

Nos repas sont élaborés par une diététicienne et font l'objet d'une attention particulière en termes d'hygiène et de qualité à toutes les étapes de fabrication et de transport.

LIVRAISON DES REPAS POUR TOUTE LA SEMAINE

3 livraisons par semaine :
le mardi, le jeudi, et le samedi.
Entre 6H et 12H30

DES REPAS VARIÉS ET 3 CHOIX / JOUR

Diffusion des menus toutes les
semaines (distribués par le livreur
3 semaines à l'avance)

CONDITIONNEMENT EN BARQUETTES

Nos barquettes individuelles
contiennent toutes une DLC *
et se réchauffent au micro-ondes.

* Date limite de consommation

PROPOSITION DE MENUS CLASSIQUES OU EN RESPECT DES RÉGIMES ALIMENTAIRES

DIABÉTIQUE

**HYPOSODÉE
SANS-SEL**

TEXTURE MODIFIÉE

COMPOSITION DES REPAS

MIDI

1 entrée
1 plat protidique
(viande ou poisson)
1 légume
(vert ou féculent)
1 fromage
1 dessert

SOIR

1 potage
1 laitage
(fromage ou yaourt)

+ 1/2 pain batard par jour

EXEMPLE DE MENU



3 CHOIX

MIDI

betterave crue râpée
ou museau vinaigrette
ou salade de haricots verts

œ
coq au vin
ou aile de raie aux câpres
ou Lasagne

œ
Farfalles
ou brocolis à l'ail
ou Lasagne

œ
Fromage blanc
ou mimolette
ou tartare

œ
Poire au vin ou
cake au citron
Fruit de saison

Ayez l'esprit libre, on s'occupe de tout !

Accueil téléphonique
du lundi au vendredi
8H30 - 12H30 / 14H - 17H

01.85.80.01.05
contact@allo-dom.fr