



Saveurs
et Vie

REPAS GOURMANDS PERSONNALISÉS
LIVRÉS À DOMICILE

CARTE DE MENUS ÎLE-DE-FRANCE



FÉVRIER 2023

Ce mois-ci faites-vous plaisir avec la Chandeleur
et nos spécialités d'Alsace.

Bon appétit !



UN LARGE CHOIX
À LA CARTE



DES PRODUITS FRAIS
ET DE SAISON



MIJOTÉ PAR DES
CHEFS TRAITEURS

INFORMATIONS ET COMMANDES

Agences Saveurs et Vie Île-de-France

DÉJÀ CLIENT : 01 85 73 71 95

NOUVEAU CLIENT : 01 41 733 733

www.saveursetvie.fr



CONSULTEZ NOTRE LEXIQUE POUR CONNAÎTRE LA COMPOSITION DE NOS ENTRÉES

Il ne s'agit pas de la carte de remplacement.



LEXIQUE

Bretonne aux petits lardons : PDT, lardons fumés, sauce mayonnaise, épices, oignons, herbe aromatique, vinaigre de cidre

Coleslaw : chou, carottes, moutarde

Duo de crudités : carottes râpées, céleri râpé, mayonnaise, crème liquide

Pommes de terre mimosa : pommes de terre, œufs, cornichons, échalotes, persil, sauce salade

Salade indienne : chou blanc, poulet, tomates, pommes vertes, raisins secs, curcuma, vinaigrette

Salade Marco Polo : pâtes, surimi, poivrons, vinaigre de Xérès, mayonnaise

Salade mexicaine : haricots rouges, maïs, petits pois, poivrons rouges, vinaigrette, oignons, surimi

Salade strasbourgeoise aux légumes : PDT, saucisse de strasbourg, tomates, cornichons, oignon, ciboulette, persil, vinaigrette

Salade toscane : tortis, tomates, poulet, maïs, sel

Salade vendéenne : émincé de chou blanc, jambon, lardons fumés, emmental, mayonnaise

**DÉCOUVREZ
NOTRE MENU
AVEC DES SPÉCIALITÉS
D'ALSACE.**

		MERCREDI 1 ^{ER}	JEUDI 2 CHANDELEUR	VENDREDI 3	SAMEDI 4	DIMANCHE 5			
	MIDI	Céleri râpé Filet de poulet à la crème et purée de patate douce Camembert Crème dessert praliné	Salade de perles d'Alaska Sauté de veau sauce au cidre et navets persillés Rondelé aux noix Crêpe à la crème de marron	Carottes râpées Colombo de colin et riz basmati Mimolette Compote pomme pruneaux	Pâtes à la rouille Steak haché crème de coriandre et petits pois Yaourt nature Orange	Salade vendéenne avec émincé de chou blanc Andouillette sauce moutarde, purée de PDT Cantal AOP Brownie chocolat noisette BIO			
	SOIR	Velouté Dubarry Rôti de porc cuit Compote pomme framboise	Crème d'épinards Salade mexicaine Pomme	Velouté de légumes BIO Quiche lorraine Liégeois au chocolat	Potage au brocolis Pâté de lapin Flan à la vanille	Mouliné de légumes Salade Marco Polo Semoule au lait			
		LUNDI 6	MARDI 7	MERCREDI 8	JEUDI 9	VENDREDI 10	SAMEDI 11	DIMANCHE 12	
	MIDI	Salade de quinoa aux châtaignes et fruits secs BIO Fricassée de foies de volaille à la crème, carottes BIO Croc lait BIO Pomme BIO	Navet rémoulade Cassoulet Yaourt nature Compote pomme coing	Bretonne aux petits lardons Paupiette de veau à l'ancienne et haricots verts Petit moulé nature Banane	Duo de crudités Gratin savoyard Petit-suisse aux fruits Flan au chocolat	Risoni au thon Filet de loup et salsifis au parmesan Boursin ail et fines herbes Crème dessert à la vanille	Coleslaw Bitokes d'agneau tandoori et semoule Emmental Liégeois au café	Pâté en croûte de volaille Rôti de bœuf sauce moutarde et choux de Bruxelles Faiselle nature Cake au citron et pavot	
	SOIR	Velouté de potiron BIO Œufs pochés Mousse au chocolat	Crème de champignons Museau de bœuf à la lyonnaise Baba au rhum	Potage de poireaux Salade indienne Liégeois à la vanille	Potage St-Germain Cake créole Kiwi	Velouté de légumes BIO Jambonneau Poire	Crème d'épinards Tresse landaise Compote pomme mirabelle	Potage Crécy carottes Riz de Camargue au thon Orange	
		LUNDI 13	MARDI 14	MERCREDI 15 ESCAPADE EN ALSACE	JEUDI 16	VENDREDI 17	SAMEDI 18	DIMANCHE 19	
	MIDI	Carottes râpées au jus de citron BIO Risotto aux champignons, épinards BIO Brie BIO Compote pomme abricot BIO	Taboulé méditerranéen Filet de colin au beurre, échalottes et endives braisées Fromage blanc nature Liégeois au chocolat	Salade strasbourgeoise aux légumes Choucroute garnie Munster AOP Pain d'épices	Salade de quinoa Bœuf sauce bleu et jardinière de légumes Petit-suisse nature Tartare de fruits exotiques	Pomelo Quenelles de brochet sauce Nantua et riz sauvage Chanteneige Mousse au citron	Macédoine de légumes Sauté de veau à la paysanne et petits pois Cantadou ail et fines herbes Orange	Brunoise carottes panais Parmentier de confit de canard Fourme d'Ambert AOP Crème brûlée	
	SOIR	Mouliné de légumes Roulé d'emmental Semoule au lait	Potage au brocolis Pâté de foie Pomme	Velouté de potiron BIO Falafels Poire	Potage d'antan Omelette aux fines herbes Crème dessert caramel	Velouté de petits pois et légumes verts BIO Saucisson à l'ail goût fumé Banane	Potage de poireaux Salade toscane Flan à la vanille	Velouté Dubarry Cocktail de crevettes Compote pomme poire	
		LUNDI 20	MARDI 21	MERCREDI 22	JEUDI 23	VENDREDI 24	SAMEDI 25	DIMANCHE 26	
	MIDI	Salade pot-au-feu Crêpinette au jus de veau et purée de carottes Petit-suisse aux fruits Pomme	Duo céleri carottes Filet de poulet sauce au poivre et tortis Camembert Cannelé	PDT bulgare ciboulette Bœuf au paprika et chou-fleur Yaourt nature Poire	Salade betteraves BIO Chipolatas et lentilles cuisinées BIO Maasdam BIO Crème dessert à la vanille BIO	Salade camarguaise Filet de dorade Sébaste et épinards béchamel Fromage blanc nature Banane	Navet rémoulade Spaghetti à la bolognaise St-Môret Flan au chocolat	Chou rouge et vinaigrette Poulet façon coq au vin et carottes Montcendré Crêpe fourrée aux pommes	
	SOIR	Crème de champignons Bretonne aux petits lardons Liégeois au café	Crème d'épinards Terrine de chevreuil Compote pomme	Potage Crécy carottes Pizza 4 fromages Flan au caramel	Velouté de légumes BIO Œufs pochés Kiwi	Potage au brocolis PDT mimosa Mousse au café	Potage d'antan Cervelas en vinaigrette à l'échalote Compote pêche	Velouté de potiron BIO Cake aux olives Orange	
		LUNDI 27	MARDI 28						
	MIDI	Cornet de radis Sauté de bœuf au cerfeuil et blé St-Môret Liégeois au chocolat	Persillade de PDT Rousette sauce beurre blanc et fondue de poireaux Fromage blanc nature Banane						
	SOIR	Velouté Dubarry Bûche de jambon à la macédoine de légumes Compote pomme abricot	Potage St-Germain Pâté de campagne au poivre vert Semoule au lait						

Mon menu à thème

BIO : produits issus de l'agriculture biologique



**DÉGUSTEZ
NOS BONNES SOUPES
BIO !**



FÉVRIER 2023

VOUS POUVEZ FAIRE VOTRE CHOIX À LA CARTE EN REMPLAÇANT LES COMPOSANTES DU MENU PAR LES PROPOSITIONS PRÉSENTES SUR CETTE PAGE



ENTRÉES

Carottes râpées vinaigrette • Chou blanc vinaigrette • Céleri rémoulade • Betteraves rouges • Pâtes à la rouille • Salade californienne • Salade piémontaise • Cocktail de crevettes • Mortadelle • Pamplémousse • Terrine de volaille • Potage du jour



VIANDES/POISSONS/ŒUFS

Filet de colin nature • Jambon blanc supérieur • Œufs sauce aurore • Saucisse de Toulouse • Paupiette de veau • Filet de poulet grillé



GARNITURES

Riz nature • Macaronis • Julienne de légumes • Pommes vapeur • Chou-fleur à la crème • Mousseline de céleri



PLATS COMPLETS

Gratin d'endives au jambon • Couscous • Parmentier de poisson à la ciboulette • Raviolis bolognaise • Bitokes d'agneau à la crème d'ail et mousseline de potiron • Boulettes de bœuf à la forestière et mousseline de céleri • Filet de hoki sauce curry et carottes poêlées • Œufs épinards béchamel • Émincé de poulet sauce tandoori et chou-fleur • Quenelles de brochet sauce Nantua et semoule • Paupiette de veau sauce poivre et penne • Saucisse de Strasbourg et purée de PDT



COMPLÉMENTS PROTIDIQUES

Taboulé au poulet • Œufs pochés • Salade Marco Polo • Salade toscane • Saucisson à l'ail • Salade du pêcheur • Salade indienne • Blanc de dinde • Salade piémontaise au poulet



LAITAGES ET DESSERTS

Emmental • Petit moulé noix • Tomme blanche • Fraidou • Fromage blanc nature ou aux fruits • Compote du jour • Flan au chocolat, vanille ou caramel • Fruit du jour • Mousse au chocolat, citron ou café • Crème dessert au café, vanille, chocolat ou praliné • Liégeois au café, vanille ou chocolat • Petit-suisse nature ou aux fruits

COMMENT COMMANDER VOS REPAS ?

PAR TÉLÉPHONE, EN DIRECT AVEC NOS DIÉTÉTICIENNES

Si vous êtes déjà client appelez le 01 85 73 71 95, sinon utilisez le 01 41 733 733

Appelez-nous pour découvrir lors d'un entretien avec une diététicienne ou une de nos chargées de clientèle nos offres. Elles sauront vous orienter et vous obtiendrez toutes les informations sur nos services de restauration/livraison de repas à domicile par Saveurs et Vie. Nos équipes sont disponibles de 8h à 18h.

SUR INTERNET

Rendez-vous sur le site web de Saveurs et Vie : www.saveursetvie.fr et commandez en ligne des repas gourmands et personnalisés. Ils vous seront livrés à domicile. Découvrez aussi nos abonnements et bénéficiez de réductions exclusives.

PAR ÉCRIT

Envoyez-nous vos demandes de prises en charge et d'informations

Par courrier : Saveurs et Vie - Service diététique - Cœur d'Orly - ZAC Roméo - Rue de la Soie Bât 285 - Cellule C8/C9 - 94.310 Orly

Par email : service.commercial@saveursetvie.fr

Ou adressez-vous directement à nos agences locales en fonction de votre lieu de résidence :

client.orly@saveursetvie.fr, si vous habitez dans les départements 77, 92, 94, 91

client.paris@saveursetvie.fr, si vous habitez dans le département 75

client.plaisir@saveursetvie.fr, si vous habitez dans le département 78

client.sola@saveursetvie.fr, si vous habitez dans le département 95

COMMENT PERSONNALISER VOS REPAS ?

Vous êtes notre client et vous souhaitez personnaliser vos repas. Demandez à votre livreur notre grille de personnalisation ou contactez nos agences locales ou le numéro 01 85 73 71 95.

Vous pouvez choisir vos repas à la carte en fonction de vos envies, de vos aversions et de vos contraintes diététiques éventuelles pour des livraisons régulières. Le choix s'effectue deux semaines à l'avance le lundi de 9h à 17h.

Attention : tout choix non fait ne pourra être considéré comme une annulation de commande. Sur demande, un tableau vierge reprenant le mois vous est envoyé. Il suffit d'annoter les changements souhaités et de nous le faire parvenir par les biais écrits cités ci-dessus.

Pour les menus sans sel ajouté, sans sucre ajouté, mixé, haché, sans porc, sans viande, enrichi, nos diététiciennes sont à votre disposition pour vous guider par téléphone.

INFO PRATIQUE ET LIVRAISON

En plus de ce menu et sur simple demande, nous pouvons vous adresser notre documentation complète (formules, tarifs et conditions générales de vente).

Nos agences de proximité en Île-de-France vous livrent toutes les semaines des repas frais et de saison (Plaisir, 78 - Saint-Ouen-L'aumône, 95 - Paris, 75 - Orly, 94)



DÉCOUVREZ PLUS D'INFORMATIONS SUR NOTRE SERVICE DE LIVRAISON DE REPAS À DOMICILE

Saveurs
et Vie



Notre service de livraison de repas s'inscrit dans une offre de services globale et inclut à ce titre :
- une veille sociale et alerte des proches en cas de besoin
- une assistance à la préparation des repas (rangement des repas au frigo, contrôle des DLC, suivi de la chaîne du froid, conseils de réchauffage, évacuation des déchets et périmés...)

www.saveursetvie.fr

