

Portage des repas à domicile un repas équilibré pour chaque jour de la semaine !

Pour les personnes dont la mobilité est réduite (personnes âgées, handicapés, convalescente) et qui ont besoin d'une alimentation équilibrée, saine et variée, **déliQasa** propose pour chaque jour de la semaine un choix de repas étudiés pour satisfaire les goûts et les nécessités de chacun.

Ces menus sont livrés entre 8 h 30 et 11 h 30 chaque jour (les menus du dimanche sont livrés le samedi matin) en barquette plastique hermétique. La remise en température demande seulement 4 à 5 minutes dans un four micro-ondes.

Les commandes doivent être effectuées 48 heures à l'avance.



Menu de la semaine

10,50 € ttc par jour

Ce menu est donné à titre d'exemple, un nouveau menu est élaboré chaque semaine.

Lundi

Charcuterie

Filet de poulet à l'alsacienne, jus au romarin **ou** Filet de flétan au curry **ou** Tartelette au fromage

Un féculent au choix : Pommes rissolées ou Farfalle

Un légume au choix : Carottes fondantes, Choux de Bruxelles ou Mousse de Légumes

Tartelette aux pommes

Mardi

Salade mêlée

Cotes de porc, sauce dijonnaise **ou** Cabillaud meunière **ou** Omelette aux herbes

Un féculent au choix : Riz pilaf aux raisins **ou** Boulgour aux légumes

Un légume au choix : Haricots verts paysan, Poêlée de légumes **ou** Navets aux herbes

Compote d'abricots

Mercredi

Betteraves

Pintade rôtie aux champignons **ou** Mousse de poisson, sauce aux crevettes **ou** Courgettes farcies au boulgour et légumes

Un féculent au choix : Coquillettes **ou** Lentilles blonde

Un légume au choix : Courgettes sautées, Carottes à la crème **ou** Poêlée brocolis champignons

Pommes caramélisées au miel

Jeudi

Tomates au basilic

Sauté d'agneau à l'orientale **ou** Lieu noir meunière **ou** Omelette plate basquaise

Un féculent au choix : Pommes vapeur **ou** Galets de polenta

Un légume au choix : Choux fleur vapeur, Epinards aux anchois **ou** jardinière de légumes

Riz au lait

Vendredi

Salade verte

Feuilleté parisien (jambon, épinards et champignons) **ou** Gratin de poissons et fruits de mer **ou** Feuilleté aux épinards

Un féculent au choix : Risotto au parmesan **ou** Penne au pistou

Un légume au choix : Brocolis, Mousse de cèleris **ou** Gratin d'endives

Poires au vin rouge

Samedi

Concombre à la menthe

Rôti de bœuf froid, sauce tartare **ou** Pavé de saumon aux herbes **ou** Quiche aux poireaux fondants

Un féculent au choix : Couscous **ou** Galette de pommes de terre

Un légume au choix : Carottes vapeur, Haricots plats **ou** Choux blanc braisé

Salade de fruits

Dimanche

Suprême de pomelos

Paupiette de poulet farcie **ou** Dorade poêlée à la provençale **ou** Gratin de pâtes aux légumes

Un féculent au choix : Pommes rissolées **ou** Mousse de petits pois

Un légume au choix : Romanesco, Bouquetière de légumes **ou**

Tomates au lard

Fromage blanc

Menu Léger

5,00 € ttc

Potage de légumes, Assortiment de fromages et Dessert aux fruits (Compote, fruits pochés, salade de fruits...)

Menu Joker

10,50 € ttc

Ce sont des plats que vous pouvez demander tous les jours de la semaine si le menu du jour ne vous convient pas, sans supplément de prix.

ex : Steak haché de bœuf, sauce poivre vert **ou** Ravioli aux crabes, sauce crustacés



Les Plus

- 5 % de remise à partir de 5 repas commandés par semaine, livrés à la même adresse.
- Facturation à la fin de la semaine : paiement par chèque, C.B. ou espèces.

3 rue de la Californie
74100 Ville-la-Grand
04 50 49 74 62

www.deliqasa.com
chupin@deliqasa.com

déliQasa
restauration gourmande à domicile