

carte de la semaine

sur place ou à emporter



entrées

- 1 velouté dubarry
- 2 petite tarte "tiflette" sans lardons
- 3 **à partir de mardi** : mousse de jambon, tomates confites et tapenade
- 4 petite salade

pâtes

- 1 farfalle au citron confit, brocolis en persillade et grana padano

salade

- 1 salade de lentilles, épinards, pommes, concombre, feta, oeuf poché, sauce moutarde, miel, amandes grillées

veggie

- 1 tarte "tiflette" sans lardons

plat du jour

lundi

émincé de poulet, sauce suprême aux champignons, riz de camargue

mercredi

dos de cabillaud, sauce vigneronne, légumes à l'anglaise

vendredi

colombo de porc au lait de coco

mardi

daube de bœuf niçoise, purée à l'ancienne

jeudi

boulette de poulet, sauce au poivre, spaghettis

sandwiches

- 1 le wrap "caesar" : salade verte, émincé de poulet rôti, mayonnaise, tomates, œuf dur, parmesan
- 2 le baguette : tapenade, poivrons grillés, aubergines, salade verte, graines de tournesol torréfiées, feta
- 3 le pita "gyros" : porc effiloché BBQ, sauce blanche, salade, tomates, oignons

desserts

- 1 mousse au chocolat
- 2 croustifondant aux pommes
- 3 verrine financier et fruits des bois
- 4 salade de fruits frais

pour faire connaissance



à déguster ou retirer dans nos restaurants

Pérols
3840 Av. Georges Frêche

Montpellier
B'n'co le César
60 rue Bernard Giraudeau

Castelnau-le-Lez
La Conciergerie Participative
2 rue Nicolas Copernic

Castelnau-le-Lez
B'n'Co Bellegarde
Parc de Bellegarde
1 Chem. de Borie

... et dans nos restaurants d'entreprise