

## carte de la semaine

sur place ou à emporter



### entrées

- 1 tartelette courgettes à l'italienne
- 2 verrine houmos de patates douces
- 3 velouté de cresson
- 4 petite salade piyaz

### plat du jour

#### lundi

parmentier de boeuf

#### mardi

colombo de poulet

#### mercredi

wok de porc au caramel,  
nouilles chinoises

#### jeudi

poulet sauce suprême,  
pommes de terre confites et  
persillées

#### vendredi

rouille de calamars

### pâtes

- 1 penne crème de cèpes,  
persillade et oignons frits

### salade

- 1 piyaz : farfalle, haricots blancs,  
abricots secs, chèvre, poulet aux  
herbes aromatiques, sauce  
fromage frais et cumin, amandes  
grillées

### veggie

- 1 tarte courgettes à l'italienne

### sandwiches

- 1 jambon blanc-emmental
- 2 cévenol : caviar de tomates  
confites, chèvre, miel et  
amandes grillées
- 3 pita kebab : poulet aux épices  
kebab, salade verte, oignons,  
tomates, sauce blanche

### desserts

- 1 opéra
- 2 tiramisu framboise pistache
- 3 cheesecake à la N.Y, coulis  
poire yuzu
- 4 salade de fruits frais

pour faire connaissance



à déguster ou retirer dans nos restaurants

Pérols  
3840 Av. Georges Frêche

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

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

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

... et dans nos restaurants d'entreprise

# allergènes de la semaine



## entrées

- 1   
- 2 
- 3 
- 4   

## plat du jour

lundi



mardi

mercredi



jeudi



vendredi



## pâtes

- 1  

## sandwiches

- 1  

- 2   

- 3  

## desserts

- 1    

- 2    

- 3   

4

## salade

- 1   

## veggie

- 1   

### allergènes



pour faire connaissance

