

carte de la semaine

sur place ou à emporter



entrées

- 1 gaspacho concombre, pomme verte, kiwi, feta
- 2 petite quiche poireaux, 3 fromages
- 3 **à partir du mardi** : terrine de caviar d'aubergines, tomates, tapenade
- 4 petite salade thaï

pâtes

- 1 penne pesto rosso, poulet, graines de tournesol

salade

- 1 salade thaï : vermicelles de riz, chou chinois, crudités, soja, émincé de poulet, sauce cacahuètes, menthe, coriandre

veggie

- 1 quiche poireaux, 3 fromages

plat du jour

lundi
parmentier de confit de canard aux petits légumes

mercredi
confit de porc à l'ail et au thym, épeautre et carottes vichy

vendredi
dos de colin, purée de pois cassés, beurre blanc à la vanille

mardi
poulet satay, riz

jeudi
brochette de poulet BBQ, ratatouille et grenailles

sandwiches

- 1 le wrap : salade verte, surimi, mayonnaise, coleslaw
- 2 le pita : salade verte, tzatziki, poulet aux olives noires, tomates, oignons
- 3 le sandwich : salade verte, beurre, jambon blanc, emmental, cornichons

desserts

- 1 bavaois aux fraises, gelée de citron vert
- 2 mousse façon cappuccino, spéculoos
- 3 tarte coco, mangue, passion
- 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