

PLATEAUX REPAS

Menu du 1^{er} mars au 30 avril 2026

Formules à partir de 14,50 € HT*

entrées

- Taboulé vert - quinoa, légumes, herbes vertes, tofu  
- Samossas ou Falafels et crudités 
- Terrine végétale, cornichon
- Velouté petits pois, menthe
- Tatin de chou rouge



plats



- Risotto de pâtes orzo, poireaux, asperges
- Curry de légumes printaniers  
- Polenta crémeuse, ragoût de champignons à la tomate, demi œuf mollet 
- Quiche du moment ou spanakópita et salade verte
- **Bowl 1** - taboulé vert asiatique - quinoa, légumes printaniers, herbes vertes, tofu grillé au sésame, sauce miso, gingembre  
- **Bowl 2** - salade rouge - riz rouge, betterave, carottes de couleurs, radis, pois chiche grillés, halloumi 
- **Sandwich libanais** - pita, falafels, sauce blanche, crudités
- **Sandwich bagel** - cream cheese, légumes rôtis, pickles, graines

desserts

- Tarte citron sablé breton
- Mouhalabieh  
- Poire pochée à l'hibiscus  
- Fromage blanc, fruits frais, granola
- Cookies sésame noir, crème citron
- Muffin, financier du moment
- Cookie chocolat



 vegan  sans gluten

*Ces menus sont mensuels, les recettes du jour seront choisies parmi cette liste selon les arrivages de notre maraîcher.

BON
SIGNE

commandes

bonsigne.fr - cest@bonsigne.fr - 03 66 76 98 60

*Hors frais de livraison et reprise - À partir de 10 personnes - forfait nettoyage 0,5€