

[gellik-surgeles.bzh](http://gellik-surgeles.bzh)



> VOUS COMMANDEZ  
NOUS LIVRONS !



Entreprise indépendante



Consommez Local,  
c'est mieux !!!

□ 1125 / □ 1126  
**Coquilles St-Jacques  
à la Bretonne 60%**  
page 5

□ 2045  
**Dos de merlu  
blanc 1 kg**  
page 17

[www.gellik-surgeles.bzh](http://www.gellik-surgeles.bzh)

**AUTOMNE N°56**

Du 01/10/22 au 24/12/22

VENTE EN LIGNE / DRIVE / LIVRAISON À DOMICILE GRATUITE

Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 18h - **Tél. 02 98 57 81 22** - email : [contact@gellik-surgeles.bzh](mailto:contact@gellik-surgeles.bzh)



# L'ENTREPRISE

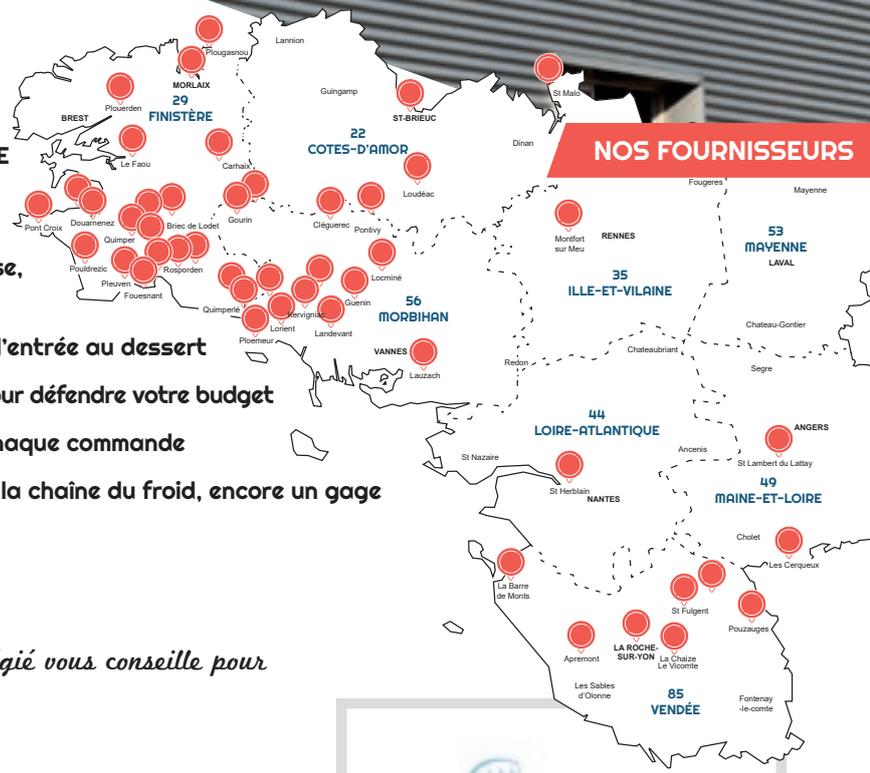


**Gellik**  
Le meilleur du surgelé en Bretagne

Depuis 2003, Gellik vous offre le meilleur du surgelé.

- > Entreprise régionale implantée à ROSPORDEN DANS LE SUD-FINISTÈRE au cœur du savoir-faire alimentaire breton
- > 85% des produits livrés proviennent de la BRETAGNE et des départements voisins
- > Un CIRCUIT COURT, gage de QUALITÉ complété par des produits BIO, Label Rouge, viande française, cochon de Bretagne...
- > 600 RÉFÉRENCES proposées pour vos repas, de l'entrée au dessert
- > Chaque mois, des PROMOTIONS, des réductions pour défendre votre budget
- > Un programme de FIDÉLITÉ vous récompense à chaque commande
- > La LIVRAISON EST GRATUITE, dans le respect de la chaîne du froid, encore un gage de qualité et de traçabilité.
- > Large sélection de PRODUITS RÉGIONAUX

« Un vendeur livreur, votre interlocuteur privilégié vous conseille pour un service unique dans la région »



## > A CHAQUE COMMANDE

- Vous participez au développement de l'économie locale et régionale
- Vous maintenez l'emploi sur nos territoires

Sauf erreur d'impression, la liste des produits et des prix est donnée à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés sans préavis. Les photos sont des suggestions de présentation. Ce document n'est pas contractuel.

Le client a la possibilité de refuser toute ou partie de la commande à la livraison.

.....  
Paiement comptant à la livraison :

- > en espèces
- > par chèque
- > par carte bancaire

Nous acceptons les tickets restaurant et les chèques déjeuner



**Gellik**  
Le meilleur du surgelé en Bretagne

**GELLIK SURGELÉS**

10 ZA de Dioulan  
29140 Rospenden

02 98 57 81 22  
contact@gellik-surgeles.bzh

[www.gellik-surgeles.bzh](http://www.gellik-surgeles.bzh)

Conditions générales de vente : la liste et les prix TTC sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés sans préavis sous réserve d'erreur d'impression et de changement de tarif de nos fournisseurs ou d'évènement majeur, dans la limite des stocks disponibles. La liste des ingrédients et l'origine des produits peuvent être modifiés à tout moment et sans préavis. Les photos sont des suggestions de présentation. Les prix TTC tiennent compte des remises éventuelles indiquées. Nos marchandises sont payables au comptant à la livraison. Acceptation de paiement par carte bancaire à partir de 31,00€. Livraison gratuite dans un rayon de 100 km à partir de Rospenden. Si toutefois le jour de la livraison un produit ne vous convenait pas, Gellik s'engage à vous le reprendre sans aucun frais de facturation.

# SOMMAIRE



**4/9**

**LES  
ENTRÉES**



**10/11**

**LES  
SNACKS**



**12/15**

**LES PLATS  
CUISINÉS**



**16/19**

**LE  
POISSONNIER**



**20/24**

**LE  
BOUCHER**



**25/27**

**LE  
VOLAILLER**



**28/29**

**LE  
BIO**



**30/34**

**LES  
LÉGUMES**



**35**

**LES  
FRUITS**



**36/40**

**LE  
PÂTISSIER**



**41/46**

**LE  
GLACIER**



**47**

**L'ÉPICERIE**



**48**

**LES  
BOISSONS**

# LES ENTRÉES // POUR L'APÉRITIF

## > Les canapés froids

□ 1014

### Pain surprise céréales x 50

10 rosette, beurre, cornichon / 10 noix de st Jacques et poireaux / 10 terrine de canard au Sauternes / 10 poitrine fumée grillée et champignons / 10 fromage fondu au comté et noix grillées

950 g (27,26€/kg) la boîte **25,90€**



**Tipiak**

□ 1011

### Canapés évasion x 35

5 Fromages tomate mi séchée sur cake à la tomate, 5 Chiffonnade de coppa, basilic sur cake aux olives, 5 Foie gras bloc, chutney abricot et sésame torréfié sur brioche perdue, 5 Saumon fumé, tzatziki, concombre et pavot sur mini blinis, 5 Courgette et fromage de brebis sur pain de mie spécial à la tomate, 5 Chèvre affiné et figue rôtie sur pain de mie spécial aux noix, 5 Fromage curry et crevette marinée paprika et cerfeuil sur pain de mie spécial complet

335 g (71,34€/kg)

la boîte **23,90€**



**COCAGNE**  
DES IDÉES • DU GOÛT

□ 1021

### Plateau de 15 verrines "élégance"

Crevette et ananas, Brunoise de légumes et filet de canard, Saumon fumé et concombre, Chèvre et tomate, Pomme et poulet mariné au curry

525 g (43,24€/kg)

la boîte **22,70€**



**COCAGNE**  
DES IDÉES • DU GOÛT

□ 1023

### Gougères au cœur fondant emmental x 10

Œufs, lait, emmental, beurre, farine de blé, sel, poivre, muscade.

110 g (54,09€/kg)

la boîte **5,95€**



**Tipiak**

**COCAGNE**  
DES IDÉES • DU GOÛT

□ 1031

### Petits fours Tradition x 32

4 mini pizzas, 5 mini saucisses feuilletées, 4 mini gougères au comté, 5 mini brochettes au pruneau et au lard, 5 mini croques à l'emmental, 5 mini bouchées au ris de veau, 4 mini quiches

384 g (57,03€/kg)

la boîte **21,90€**  
~~23,90€~~

**PROMO**



**COCAGNE**  
DES IDÉES • DU GOÛT

□ 1048

### Minis burger assortis

12 pièces : 4 Façon Rossini (oignon confit, mini steak haché de bœuf et bloc de foie gras de canard), 4 à l'encore de seiche et truite fumée, 4 au pesto vert et à la courgette

12 x 16,25 g (71,28€/kg)

la boîte **13,90€**  
~~14,90€~~

**PROMO**



**Tipiak**

□ 1012

### Mini croustillants du soleil

12 pièces Tomate mozzarella

145 g (31,03€/kg)

la boîte **4,50€**



□ 1025

### Mini croustillants St-Jacques

Mini bouchées garnies de St Jacques et beurre persillé

12 x 12 g (62,15€/kg)

la boîte **8,95€**



**VARENNE**  
SPECIALISÉES

□ 1039

### Petites corolles apéritives n°3

4 Fromage frais et basilic, 4 Fromage de chèvre et miel, 4 Poivron Feta et menthe

12 x 12,5 g (43,33€/kg)

la boîte **6,50€**

**Offre Limitée**

□ 1007

### Canapés recettes créatives x 27

4 écrevisse brocolis, 4 parmigiano reggiano et mascarpone, 6 saumon fumé et moutarde aux épices, 4 oeufs de truite et citron confit, 4 bloc de foie gras de canard et pêche, 5 poivron tomate et fromage de chèvre

200 g (99,75€/kg)

la boîte **19,95€**

□ 1005

### Canapé Élégance x 15

Croquant au bloc de foie gras sur confit d'oignon - larme de fromage ail et fines herbes tomate cerise - Choux noix de Saint Jacques, GreenThaiCurry-Pesto, 5 baies, pois gourmand et édnamamé - poulet, curry, coco

155 g (96,13€/kg)

la boîte **14,90€**



**COCAGNE**  
DES IDÉES • DU GOÛT

□ 1020

### Verrine Sphère Majestic x 20

4 dos de cabillaud et aïoli, 4 filet de canard et tomate, 4 verrines courgette et ricotta, 4 carotte/poulet/fève, 4 verrines tomate, marinade persillée

375 g (66,40€/kg)

la boîte **24,90€**

> Les coquilles



70%  
 □ 1105  
**Coquilles St-Jacques à la Bretonne 70%**  
 Noix de St Jacques, champignons, vin blanc, crème fraîche (2%), oignons, cognac, coquilles calcaires  
 4 x 110 g (58,86€/kg) le sachet **25,90€**

□ 1104  
 8 x 110 g (56,76€/kg) le sachet **49,95€**  
**PROMO 51,80€**



40%  
 □ 1142  
**Coquilles St-Jacques à la fondue de poireaux 40%**  
 Noix de St Jacques, poireaux, crème fraîche, oignon, curry, chapelure, sel  
 8 x 100 g (37,44€/kg) le sachet **29,95€**



25%  
 □ 1107  
**Coquilles St-Jacques Océane 25%**  
 Noix de St Jacques, champignons, oignons, crème fraîche, vin blanc, beurre, Porto rouge, concentré de tomate, ail, poivre  
 10 x 90 g (26,11€/kg) le sachet **23,50€**



la palouillère

55%  
 □ 1122  
**Coquilles St-Jacques à la Bretonne 55%**  
 55% de noix de St Jacques, champignons, vin blanc, crème fraîche, oignons, cognac.  
 6 x 110 g (45,30€/kg) le sachet **29,90€**

□ 1123  
 12 x 110 g (40,08€/kg) **PROMO**  
 le sachet **52,90€ 59,80€**

60%  
 □ 1125  
**Coquilles St-Jacques à la Bretonne 60%**  
 Noix de St Jacques, champignons, vin blanc, crème fraîche (2%), oignons, cognac, coquilles calcaires  
 6 x 110 g (45,30€/kg) le sachet **29,90€**

□ 1126  
 12 x 110 g (40,08€/kg) **PROMO**  
 le sachet **52,90€ 59,80€**

## > Les cassolettes individuelles et gratins

### □ 1171 Gratins de crabe

20% de chair de crabe, crème fraîche, oignons, vin blanc, légumes  
6 x 110 g (22,58€/kg)

la boîte **14,90€** ~~15,90€~~

**PROMO**

### □ 1188 Cassolettes aux noix de St-Jacques sauce crémée au Sauterne

Noix de St Jacques, crème fraîche, champignons de Paris, échalotes, carottes, Sauternes  
2 x 110 g (45,00€/kg)

la boîte **9,90€**

### □ 1189 Cassolettes gambas et noix de St-Jacques sauce bourgogne aligoté

Gambas décortiquées, Noix de St Jacques, crème liquide, carottes, carottes jaunes, bourgogne aligoté, beurre, oignons, échalotes  
2 x 110 g (45,00€/kg)

la boîte **9,90€**

### □ 1195 Cassolettes de ris de veau sauce cèpes

Ris de veau cuit, crème liquide, viande de poulet cuite, carottes, champignons de Paris, épinards, échalotes, sel  
2 x 110 g (47,73€/kg)

la boîte **10,50€**



## > La cassolette familiale

### □ 1187 Cassolette St Jacques/Gambas armoricaine

Noix de St Jacques, crevettes, fond d'armoricaine, ail, échalote, céleri, carottes, beurre, vin blanc

800 g (38,75€/kg) la boîte **31,00€**

la palouillère

## > Spécialités exotiques

### □ 1047 Minis nems poulet

Vermicelles, farine de riz, viande de haut de cuisse de poulet, oignon, carotte, champignon noir, pousse de bambou, coriandre, épices.

10 x 29,5 g (19,32€/kg) le sachet **5,70€**

### □ 1027 Acras de morue

Morue 50%, farine de blé, blanc d'oeufs, purée de pomme de terre réhydratée, piment rouge et fort 1%

300 g (19,67€/kg) la boîte **5,90€** ~~6,60€~~

**PROMO**

### □ 1028 Samossas à la viande

Crêpes de blé garnies d'une farce à base de bœuf, légumes, riz, crevettes  
8 x 24 g (30,26€/kg)

le sachet **5,75€**

### □ 1029 Beignets de crevettes

Queue de crevette enrobée de pâte : eau, farine de blé, féculé de pomme de terre, huile de tournesol + sauce aigre douce

8 x 20 g (42,50€/kg) le sachet **6,80€**

### □ 1728 Riz cantonnais

Petits pois, carottes, omelette, crevettes décortiquées, jambon de dinde

1 kg le sachet **6,70€**

□ 1727  
2 kg (6,50€/kg)

**PROMO**

lot de 2 **12,50€** ~~13,40€~~



□ 1685  
**Pétoncles farcis x 24**  
 65% de chair et 35% de farce, Noix, mer du Nord  
**300 g** (59,67€/kg) *le sachet* **17,90€**  
 □ 1686  
**2sachets** (59,67€/kg) *le lot* **34,90€ 35,80€**



**Nouveau**

□ 1677  
**Palourdes grises farcies de Bretagne x 24**  
 Environ 65% de chair et 35% de farce  
**130 g** (153,46€/kg) *le sachet* **19,95€**

**Selon Arrivage**

□ 1678  
**Palourdes roses farcies des Îles Glénan**  
 Environ 65% de chair et 35% de farce  
**130 g** (115,00€/kg) *le sachet* **14,95€**



**PROMO**

□ 1682  
**Moules farcies x 24**  
 65% de chair et 35% de farce, pêche Bretagne, Normandie, Hollande ou Irlande  
**240 g** (39,58€/kg) *le sachet* **9,50€ 9,90€**

□ 1689  
**Véritables escargots farcis de Bourgogne belle grosseur x 48**  
 Farce pur Beurre «Helix Pomatia»  
**336 g** (68,15€/kg) *le sachet* **22,90€**



□ 1688  
**Escargots Petits Gris belle grosseur x 36**  
**280 g net** (71,07€/kg) *le sachet* **19,90€**



□ 1200  
**Saumon farci aux 2 poissons**  
 Saumon Atlantique, Colin, Chair de poisson, Crème, Saumon fumé, prétranché avec tête, 12/15 parts  
**1,6 kg env.** *le kg* **29,90€**



□ 1201  
**Médailillon de saumon farci avec peau**  
 Farce 30% : poisson, crème fraîche, blanc d'œuf, carotte, vin blanc.  
**4 x 70 g** (42,50€/kg) *la boîte* **11,90€**

□ 2069  
**Paupiettes de saumon aux petits légumes et sauce beurre citron**  
**2 x 110 g** (45,00€/kg)  
*la boîte* **9,90€**



□ 1674  
**Beurre maître d'hôtel**  
 Beurre ailé persillé  
**250 g** (35,60€/kg)  
*le rouleau* **8,90€**

## // LES FEUILLETÉS

### > Les bouchées

#### Bouchées à la reine

Pâte feuilletée pur beurre, champignons, jambon, quenelles de volaille, poulet, muscade, épices

□ 1224

2 x 150 g (23,00€/kg)

la boîte **6,90€**

□ 1225

2 x 150 g (22,50€/kg)

**PROMO**

le lot de 2 **13,50€** ~~13,80€~~



□ 1217

#### Bouchées de lotte et St-Jacques

Pâte feuilletée pur beurre garnie de st jacques, de lotte et de champignons

2 x 130 g (38,27€/kg)

la boîte **9,95€**



□ 1240

#### Bouchées ris de veau et son cuisiné de champignons

Ris de veau, champignons, crème, oignons, beurre, échalotes, vin blanc, épices, muscade et ail

2 x 140 g (38,93€/kg)

la boîte **10,90€**

□ 1239

2 x 140 g (37,50€/kg)

le lot de 2 **21,00€**

### > Les tartes et quiches



□ 1230

#### Quiches lorraines

Pâte feuilletée pur beurre, lait, œufs, lardons, emmental, muscade, épices

4 x 140 g (22,32€/kg)

la boîte **12,50€**

□ 1231

8 x 140 g (21,34€/kg)

la boîte **23,90€**

**24,50€**

**PROMO**

□ 1309

#### Quiches lorraines

Pâte, œuf, poitrine fumée et jambon, crème fraîche, fromage

12 x 100 g (11,42€/kg)

la boîte **13,70€**

□ 1305

#### Tarte aux poireaux

Pâte 29% - garniture 71% dont poireaux cuits (24%), crème fraîche (21%), œufs frais, fromage

4 x 150 g (14,17€/kg)

la boîte **8,50€**

### > Les corbeilles



□ 1352

#### Corbeilles tomate/jambon/fromage

Pâte feuilletée, tomates, jambon, emmental, mozzarella, carottes, céleri, courgettes, épices.

À cuire

6 x 115 g (20,22€/kg)

la boîte **13,95€**

□ 1354

12 x 115 g (20,22€/kg)

le lot **27,90€**



PROMO

□ 1323

**Paniers tartiflette**

Pâte feuilletée - garniture : pommes de terre, lardons fumés, pommes de terre, reblochon, épices. À cuire

8 x 120 g (10,94€/kg)

la boîte **10,50€** ~~11,95€~~



□ 1333

**Paniers jambon fromage à cuire**

Jambon supérieur en cube, emmental, oeuף et béchamel

8 x 100 g (14,94€/kg)

la boîte **11,95€**

*Délic France*

□ 1332

**Paniers chèvre**

Pâte feuilletée, fromage de chèvre affiné, sauce blanche

8 x 100 g (13,63€/kg)

la boîte **10,90€**



□ 1320

**Paniers St-Jacques à la Bretonne**

Pâte feuilletée, noix de st jacques, crème fraîche

4 x 100 g (21,25€/kg)

la boîte **8,50€**



□ 1336

**Paniers poulet/poireaux à cuire**

Pâte feuilletée 51% - garniture 49% dont morceaux de poulet (24%) et poireaux finement cuisinés (17%)

8 x 120 g (10,36€/kg)

la boîte **9,95€**



□ 1221  
**Roulés jambon/emmental**  
**PUR BEURRE**

Pâte feuilletée pur beurre, jambon supérieur, sauce béchamel à l'emmental

4 x 130 g (19,04€/kg)

la boîte **9,90€**

*Délic France*



□ 1340  
**Friands à la viande**

Feuilleté garni d'une farce composée de chair à saucisse, de chapelure, d'oeufs et d'oignons, le tout assaisonné d'arômes poivre et muscade

12 x 100 g (11,25€/kg)

la boîte **13,50€**



□ 1316  
**Friands au fromage**

Pâte feuilletée pur beurre, emmental

10 x 85 g (11,71€/kg)

la boîte **9,95€**



# LES SNACKS // LES CRÊPES ET GAULETTES

## □ 1511 Galettes Bretonnes jambon/fromage

Pâte 40% à base de farine de sarrasin (19%) et de farine de froment (17%). Garniture 60% dés de jambon, crème fraîche et fromage  
4 x 125 g (19,90€/kg)

la boîte **9,95€**



## // FAST FOOD



□ 1520 **Crêpes jambon/fromage**  
Pâte 40%, garniture 60% dont jambon (23%), emmental (3,5%), sauce béchamel

20 x 50 g la boîte **7,90€**



□ 1530 **Crêpes à la paysanne**  
Pâte 40%, garniture 60% dont jambon (23%), champignons cuits (10%), fromage (5%)

8 x 125 g la boîte **9,50€**



□ 1523 **Galettes saumon aux légumes cuisinés**  
Saumon, poireaux, carottes, crème  
2 x 125 g (16,40€/kg)

le lot de 2 boîtes **8,20€**



□ 1575 **Cheeseburgers**  
Viande hachée cuite, fromage fondu et sauce

6 x 140 g (14,88€/kg) la boîte **12,50€**



□ 1562 **Croque monsieur Brasserie**  
Pain de mie, jambon, emmental, matière grasse

4 x 200 g (13,69€/kg) la boîte **10,95€** ~~11,50€~~

PROMO



□ 1563 **Croissants jambon/fromage**  
Croissant au beurre 42% garniture 58% de sauce béchamel et de jambon (24%), emmental râpé (24%)

2 x 140 g (22,68€/kg) la boîte **6,35€**



□ 1302 **Tartine savoyarde**  
Deux tartines savoyardes garnies d'une sauce au fromage de morceaux de poitrine de porc, d'Emmental et de fromage pour Tartiflette.

2 x 150 g (24,00€/kg) la boîte **7,20€**

□ 1236 **Bâtonnets mozzarella**  
Préparation à base de mozzarella formée, enrobée, frite et cuite  
1 kg le sachet **16,90€**

□ 1238 **Palets au chèvre**  
enrobés d'une chapelure croustillante aux céréales (environ 50)  
1 kg le sachet **17,90€**

□ 1237 **Pépites emmental**  
enrobés d'une chapelure croustillante et gratinée (environ 100)  
1 kg le sachet **16,90€**

## > Les fromages panés



# // LES PIZZAS

## cuites au feu de bois

### Pizzas BIO

#### □ 1410 Pizza bleu d'Auvergne et noix du Dauphiné Bio

Crème épaisse, Bleu d'Auvergne, Noix du Dauphiné, Courgettes, Emmental  
410 g (20,83€/kg)

la boîte **7,50€**



#### □ 1403 Pizza Bio légumes cuisinés

Sauce tomate cuisinée, aubergines, courgettes, poivrons rouges et jaunes, saveur provençales, mozzarella  
400 g (16,75€/kg)

la boîte **6,70€**



#### □ 1407 Pizza aux 3 fromages Bio

Sauce tomate cuisinée, emmental, mozzarella, gorgonzola  
350 g (18,57€/kg)

la boîte **6,50€**



#### □ 1404 Pizza saumon fumé Bio

Sauce tomate cuisinée, saumon fumé, emmental  
360 g (19,17€/kg)

la boîte **6,90€**



#### □ 1415 Pizza saumon courgettes Bio

Crème épaisse, saumon fumé, courgettes grillées, emmental, aneth

370g (18,78€/kg) la boîte **6,95€** ~~7,50€~~

**PROMO**



#### □ 1433 Pizza crémière lardons oignons

Crème épaisse, oignons, lardons fumés, champignons de Paris, maasdam

440g (14,09€/kg) la boîte **6,20€** ~~6,40€~~

**PROMO**



### Pizzas individuelles

#### □ 1400 Pizza individuelle 3 fromages

Sauce tomate cuisinée, fromage pour tartiflette, mozzarella, maasdam  
2 x 190 g (16,45€/kg)

la boîte **6,25€**

~~6,40€~~

**PROMO**

#### □ 1401 Pizza individuelle Bûche chèvre

Sauce tomate cuisinée, maasdam, fromage de chèvre  
2 x 190 g (18,16€/kg)

la boîte **6,90€**



#### □ 1402 Pizza individuelle royale

Sauce tomate cuisinée, jambon cuit, champignons de Paris, maasdam  
2 x 220 g (15,00€/kg)

la boîte **6,60€**



□ 1405  
**Pizza royale**  
Sauce tomate cuisinée, jambon cuit, champignons de Paris, maasdam  
480 g (10,31€/kg)

la boîte **4,95€**



□ 1412  
**Pizza bûche de chèvre**  
Sauce tomate cuisinée, bûche de chèvre affinée, maasdam  
440 g (14,09€/kg)

la boîte **6,20€**



□ 1406  
**Pizza bûche de chèvre miel**  
Crème épaisse, bûche de chèvre affinée, oignons rouges, miel, fromage  
410 g (15,61€/kg)

la boîte **6,40€**



□ 1417  
**Pizza 6 légumes grillés saveurs Provençales**

Sauce tomate cuisinées, mozzarella, emmental, poivrons jaunes et rouges, artichauts, aubergines, courgettes, tomates cerise  
400 g (14,88€/kg)

la boîte **5,95€**



□ 1430  
**Pizza super royale saveurs provençales**

(sans champignon) pâte 36 %, garniture 64 % : purée de tomate, jambon cuit, mozzarella, fromage rapé, rondelles de tomate, olives noires  
400 g (14,50€/kg)

la boîte **5,80€**



□ 1423  
**Pizza du pêcheur**  
Sauce tomate cuisinée, thon, maasdam, crevettes décortiquées, crème liquide  
440 g (14,77€/kg)

la boîte **6,50€**



□ 1418  
**Pizza tartiflette**  
Crème épaisse, pomme de terre, reblochon, maasdam, lardons fumés  
500 g (14,80€/kg)

la boîte **7,40€**



□ 1432  
**Pizza 4 fromages**  
Sauce tomate cuisinée, emmental, mozzarella, tartiflette, gorgonzola  
430 g (14,88€/kg)

la boîte **6,40€**



□ 1419  
**Pizza munster lardons**  
Crème épaisse, Munster, Pomme de terre, Lardons fumés, Oignons grillés, Emmental  
450 g (15,33€/kg)

la boîte **6,90€**



□ 1409  
**Pizza jambon/fromage**  
Sauce tomate cuisinée, jambon cuit, maasdam  
450 g (11,44€/kg)

la boîte **5,15€**



□ 1434  
**Pizza bolognaise**  
Sauce tomate cuisinée, viande de bœuf, maasdam  
450 g (14,22€/kg)

la boîte **6,40€**



□ 1437  
**Pizza chorizo**  
Sauce tomate cuisinée, maasdam, chorizo, poivrons rouges  
460 g (12,83€/kg)

la boîte **5,90€**

**Sole Mio**

# LES PLATS CUISINÉS

// À BASE DE POISSON



□ 1641  
**Crevettes ail et persil**  
Crevette crue décortiquée, huile d'olive extra vierge, jus de citron jaune, persil, ail  
**300 g (35,50€/kg) le sachet 10,65€**

## > Les plats individuels



**PROMO**

□ 5003  
**Poêlée cuisinée, légumes gourmands, céréales et quinoa**  
Courgettes, poivrons rouges, poivrons jaunes, oignons, céréales, quinoa cuit, eau, vin blanc, huile d'olive, huile de colza, flocons de soja, jus de citron, épices  
**500 g (9,80€/kg)**

le sachet **4,90€** 5,05€



**Offre Limitée**

□ 1643  
**Risotto de St-Jacques**  
Riz précuit, fruits de mer, poireaux.  
A poêler.

**600 g (14,83€/kg) le sachet 8,90€**



□ 1645  
**Poêlée de gambas et tagliatelles**  
Légumes, aubergines grillées, tomates cerise, courgettes, oignons, poivrons, pâtes tagliatelles, queues de crevette  
**600 g (13,17€/kg)**

la boîte **7,90€**

## Lasagnes individuelles



□ 1601  
**Lasagnes au saumon**  
Eau, saumon, semoule de blé dur, lait, emmental, ciboulette, concentré de tomate, muscade

**400 g (12,75€/kg) la boîte 5,10€**



□ 1603  
**Lasagnes épinards ricotta**  
Eau, épinard, ricotta, semoule de blé dur, lait, emmental, huile colza, concentré de tomate

**400 g (10,25€/kg) la boîte 4,10€**



□ 1604  
**Lasagnes bolognaises au porc**  
Viande de porc, emmental, concentré de tomate, eau, semoule de blé dur, farine de blé, oignon, sel, lait, ail et épices

**400 g (10,25€/kg) la boîte 4,10€**



□ 1627  
**Colombo de poisson  
 riz lentilles corail**  
 Riz basmati, colin d'Alaska, lentille corail cuite,  
 crème de coco, courgette grillée, carotte,  
 oignon, beurre, moutarde, crème  
**300 g (10,17€/kg)**

lot de 2 boîtes **6,10€**

□ 1648  
**Curry rouge de crevettes  
 duo de riz**  
 Riz basmati, crevettes décortiquées, poivron  
 rouge, lait de coco, courgette grillée, carotte,  
 sauce nuoc môm  
**300 g (12,17€/kg)**

lot de 2 boîtes **7,30€**

□ 1633  
**Tagliatelles au saumon**  
 Tagliatelles cuites, saumon d'Atlantique,  
 courgette, eau, poireau, vin blanc, carotte,  
 beurre, échalote, emmental fondu  
**300 g (11,00€/kg)**

le lot de 2 boîtes **6,60€**

□ 1617  
**Noix St-Jacques gratinées  
 fondu de poireaux et  
 pommes de terre**  
 Poireaux, pommes de terre, crème fraîche,  
 échalotes, vin blanc, fumé de poisson, noix de  
 st jacques, champignons, oignons, carottes  
**310 g (20,97€/kg)**

la boîte **6,50€**



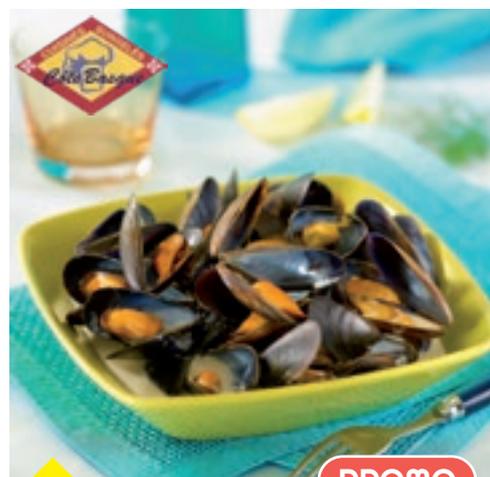
□ 1609  
**Brandade de morue Bio**  
 Pomme de terre, morue dessalée, crème fraîche, beurre frais,  
 ail persil, huile d'olive extra vierge, sel de Noirmoutier, poivre  
 et noix de muscade  
**300 g (21,67€/kg)**

la boîte **6,50€**



□ 1610  
**Brandade de morue**  
 22% de cabillaud, pomme de terre  
**1 kg**

la boîte **6,70€**



□ 1634  
**Moules marinières**  
**900 g (10,56€/kg)**

la boîte **9,50€ 9,90€**

**PROMO**

## 2 ACHETÉS + 1 OFFERT AU CHOIX



□ 1616  
**Colin sauce crevette**  
**2 x 200 g (17,38€/kg)**

la boîte **6,95€**

□ 1624  
**Colin à la Bretonne**  
**2 x 200 g (17,38€/kg)**

la boîte **6,95€**

□ 1615  
**Colin à l'oseille**  
**2 x 200 g (17,38€/kg)**

la boîte **6,95€**

□ 1623  
**Colin sauce beurre citron**  
**2 x 200 g (17,38€/kg)**

la boîte **6,95€**



## // À BASE DE VIANDE

### > Les plats individuels



□ 1723

#### Endives au jambon

Endives, jambon supérieur, jus d'endives, crème, beurre, farine de blé, emmental, chapelure, sel, jus de citron, amidon de riz, poivre et muscade  
350 g (21,29€/kg)

**Nouveau**

la boîte 7,45€



□ 1717

#### Tomates farcies

Tomate, farce, viande de porc français, oignons, ail, sel de Noirmoutier, persil, vin rouge, huile d'olive, chapelure, poivre

4 x 165 g (15,38€/kg)

la boîte 10,15€

□ 1718

4 x 165 g (15,08€/kg)

**PROMO**

le lot de 2 boîtes 19,90€ 20,30€

□ 1703

#### Mini penne poulet champignons

Pâtes mini penne, crème, champignons de Paris, oignons, emmental fondu, beurre  
300 g (11,17€/kg)

le lot de 2 boîtes

6,70€



□ 1726

#### Boulettes de bœuf + Riz Sauce Provençale

300 g (11,17€/kg)

le lot de 2 boîtes

6,70€



□ 1777

#### Couscous

Semoule de blé, émincés de poulet, courgettes, carottes, pois chiches, merguez, oignons, navets, tomates pelées, poivron, huile d'olive, sel, épices  
300 g (11,17€/kg)

le lot de 2 boîtes

6,70€



□ 1779

#### Paëlla

Riz, morceaux de filet de poulet rôti, moules, oignons, petits pois, poivrons rouges, chorizo, huile d'olive, sel, épices  
300 g (11,17€/kg)

le lot de 2 boîtes

6,70€



□ 1701

#### Poulet et riz au curry

Riz basmati, courgette, oignon préfrit, morceaux de filets de poulet rôti, épices  
300 g (12,50€/kg)

le lot de 2 boîtes

7,50€



#### Tripes artisanales cuisinées

□ 1745 à la Bretonne

□ 1747 à la mode de Caen

2 x 500 g env.

le kg 15,50€



□ 1844

#### Joue de bœuf cuisinée aux carottes

Joue de bœuf, vin blanc, légumes (oignons, poireaux, carottes tomates), épices  
500 g (23,00€/kg)

la boîte 11,50€



□ 1860

#### Tête de veau sauce gribiche

Tête de veau, légumes (carottes, poireaux, oignons), sauce gribiche  
350 g (22,57€/kg)

la boîte 7,90€



□ 1716

#### Moussaka

A base d'aubergines préfrites et de viande de bœuf hachée cuisinée, le tout nappé de béchamel et parsemé de Cheddar

2 x 300 g (13,17€/kg)

la boîte 7,90€



□ 1720

#### Hachis parmentier

26 % de viande, purée de pomme de terre, crème fraîche, beurre frais, sel de Noirmoutier

500 g (11,90€/kg)

la boîte 5,95€

□ 1722

2 x 300 g (12,50€/kg)

la boîte 7,50€



□ 1708

#### Parmentier de canard

Purée de pomme de terre, viande de canard confite, emmental, beurre  
300 g (12,00€/kg)

lot de 2 boîtes

7,20€



□ 1849

#### Effiloché de bœuf et écrasé de pomme de terre

Pomme de terre, viande de bœuf, beurre, carottes, crème liquide, oignons, épices  
2 x 300 g (15,33€/kg)

le lot 9,20€

□ 1755  
**Hachis parmentier**

Viande bœuf haché française (20%), flocons de pomme de terre, carottes, sel, poivre

,1 kg

la boîte **7,50€**



**2 BOÎTES ACHETÉES  
+ 1 OFFERTE**



□ 1789  
**Choucroute 2 parts**

Choucroute 650g - Garniture 350g  
2 saucisses de Strasbourg  
2 saucisses fumées  
2 tranches de filet de porc cuit  
2 tranches de saucisson à l'ail

1 kg

la boîte **13,50€**

□ 1790  
2 x 1 kg (13,00€/kg)

**PROMO**

le lot **26,00€ 27,00€**

> **Les plats à partager**



**Nouveau**

□ 1710

**Langue de bœuf sauce madère**

Langue de bœuf 40%, champignons 10%, madère 4%, carottes 2%, oignons

450 g (22,00€/kg)

la boîte **9,90€**



□ 1661

**Poêlée de St Jacques à la bretonne**

Riz précuit, carottes, noix de St Jacques, colin, champignons, poireaux, vin blanc, beurre, crème liquide, oignons

500 g (19,90€/kg)

le sachet **9,95€**



□ 1656

**Paëlla méditerranéenne**

Riz précuit, poulet cuit, poivrons rouges et verts, moules, crevettes, petits pois, calamars, chorizo précuit

1 kg

la boîte **14,50€**



□ 1753

**Poêlée Thaï au poulet**

Mélange de légumes (poivrons rouge, carottes, carottes jaune, épinards, tomates, pois gourmands, petits pois), pâtes au curcuma, morceaux de filet de poulet cuit, épices

600 g (11,58€/kg)

le sachet **6,95€**



□ 1791

**Cassoulet cuisiné à la graisse de canard**

Manchon maigre confit, saucisse de Toulouse, poitrine de porc fumé, haricots blancs

800 g (16,88€/kg)

la boîte **13,50€**



□ 1748

**Couscous**

Poulet, merguez, agneau, légumes mijotés (navets, carottes, courgettes, poivrons, céleri) accompagnés d'une semoule de blé agrémentée de raisins

1 kg

la boîte **12,95€**



□ 1735

**Lasagne bolognaise**

4 couches de fines pâtes aux œufs, fourrées d'une sauce bolognaise 48,5%) riche en viande de bœuf VBF (21,9%), nappées d'une béchamel et saupoudrée de fromage râpé

1 kg

la boîte **6,90€**

// **LE GIBIER**



**PROMO**

□ 3459

**Pavés de sanglier marinés**

2 x 125 g (31,80€/kg)

la boîte **7,95€ 8,50€**

# LE POISSONNIER

## // LES COQUILLES ET CRUSTACÉS

### Noix de St-Jacques sans corail



□ 1921  
**Sauvages Bretonne** de la Baie de St Brieuc  
500 g (68,00€/kg) le sachet **34,00€**

□ 1922  
**10/20 Normandie**  
300 g (66,33€/kg) le sachet **19,90€**

□ 1929  
**80/120 Islande**  
300 g (33,00€/kg) le sachet **9,90€**

□ 1916  
 **Tubes encornet sauvage**  
Océan pacifique

1 kg le sachet **19,90€**



PROMO

□ 1917  
**Anneaux d'encornet sauvage**  
Océan pacifique

1 kg le sachet **17,95€** ~~19,90€~~



□ 1941  
**Cocktail de fruits de mer**  
Pêchées en Atlantique Nord Est

1 kg le sachet **13,90€**



□ 1948  
**Langoustines crues**  
calibre 20/30  
Pêchées en Atlantique Nord Est

1 kg le sachet **19,90€**



□ 1902  
**Pinces de tourteaux cuites**  
calibre 8/12. Pêchées en Atlantique Nord Est

1 kg env. le kg **29,95€**



**Crevettes sauvages d'Argentine**  
Surgelées à bord du bateau  
700 g

□ 1944 calibre 10/20 pièces/kg  
(28,43€/kg)

le sachet **19,90€**

□ 1945 calibre 20/30 pièces/kg  
(27,00€/kg)

le sachet **18,90€**

□ 1905  
**Crevettes entières cuites sauvages**  
40/60 au kg

Pêchées en Atlantique Centre Est  
1 kg la boîte **22,00€**



□ 1904  
**Cuisses de grenouille yoga**

1 kg le sachet **19,90€**



□ 2040  
**Dos de cabillaud sauvage**  
 sans peau sans arête, surgelés mer, en sachet cuisson individuel.  
 Pêche Bretonne  
 800 g (27,50€/kg) le sachet **22,00€**



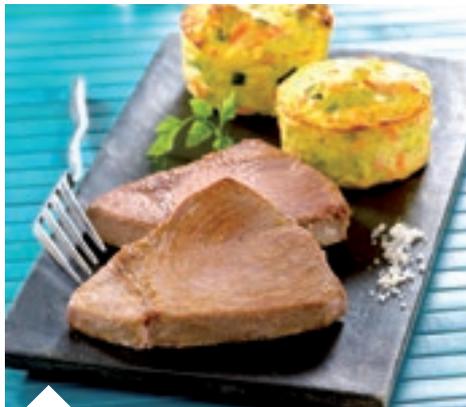
□ 2019  
**Filets de cabillaud sauvage**  
 sans arête, sans peau, surgelés en mer Pêche française en atlantique nord est  
 1 kg le sachet **23,00€**

□ 2020  
 2 x 1 kg (22,50€/kg) **PROMO**  
 le sachet **45,00€** ~~46,00€~~



// LES FILETS, PAVÉS ET DOS

□ 2064  
**Pavés de merlu blanc**  
 avec peau sans arête sauvage. Pêche Atlantique Sud Est  
 1,5 kg env. le kg **17,95€** ~~19,90€~~ **PROMO**



□ 2004  
**Steaks de thon d'Albacore sauvage**  
 Plein filet, sans arête, Pêche Océan Indien  
 1 kg le sachet **22,00€**



□ 2024  
**Pavé de julienne**  
 sans arête, sans peau, Pêche Bretonne en atlantique nord est  
 1 kg le sachet **19,90€**



□ 2008  
**Filets de merlu blanc sauvage**  
 Du Cap sauvage, sans peau sans arête  
 Océan Atlantique Sud Est  
 1 kg la boîte **18,90€**



□ 2050  
**Cœurs de filets de merlu blanc sauvage**  
 Océan Atlantique sud est  
 2 kg (16,45€/kg) la boîte **32,90€**



□ 2045  
**Dos de merlu blanc sauvage**  
 Sans peau, sans arête. Océan atlantique sud est  
 1 kg la boîte **22,20€**



☐ 2028  
**Queue de lotte Bretonne**

Le Guilvinec  
200/500 g

1 kg le sachet **24,90€**

☐ 2029  
**Petites queues de lotte individuelles, sauvage**

Pêchées en océan atlantique sud est

1 kg la boîte **23,90€**

☐ 2077  
**Ailes de raie Bretonne**

Le Guilvinec

1 kg le sachet **19,90€**



☐ 2075  
**Ailes de raie pelées**

Pêche Atlantique Nord Est

1 kg le sachet **15,90€**



☐ 1915  
**Surimi**  
2 x 500 g (11,50€/kg)

**PROMO**

le sachet **11,50€** ~~11,95€~~

☐ 2074  
**Maquereaux entiers**

Etetés, vidés.  
Pêche artisanale française.

3 à 6 pièces  
600 g (9,92€/kg)

**PROMO**

le sachet **5,95€** ~~7,50€~~



☐ 2078  
**Petits merlus blancs du cap sauvage**

Océan atlantique sud est

1 kg la boîte **10,50€**

> Les fumés



☐ 1933  
**Saumon fumé Norvège**  
4 tranches, Fileté et fumé en Bretagne

140 g (63,57€/kg) la boîte **8,90€**



☐ 1934  
**Truite fumée de Bretagne**  
4 / 5 tranches

120 g (60,42€/kg) la boîte **7,25€**

> Le saumon et truite

□ 2065

**Pavés de saumon**

avec peau sans arête

Calibre 180/200, élevé en Norvège

1 kg env.

le kg **29,90€**

□ 2067

**Pavés de saumon**

sans peau sans arête

Norvège

4 x 125 g (35,80€/kg)

le sachet **17,90€**

□ 2068

**Filets de truite rose**

avec peau

4 pièces - Normandie

600 g (17,50€/kg)

la boîte **10,50€**

// LES PANÉS



□ 1636

**Calamars à la romaine**

1 kg

le sachet **7,90€**



□ 2090

**Filets de colin d'Alaska pané  
plein filet** 5 à 7 filets

750 g (18,53€/kg)

le sachet **13,90€**



□ 2098

**Filets de cabillaud façon Fish&Chips**  
5 à 7 filets, enrobage plus croustillant Plein Filet

1 kg

le sachet **19,90€**



**PROMO**

□ 2096

**Filet de limande du Nord meunière**  
6 à 8 filets

800 g (18,63€/kg)

le sachet **14,90€** ~~15,90€~~

> Les sauces



□ 1823

**Sauce St-Jacques  
au chablis**

6 x 50 g (17,33€/kg)

la boîte **5,20€**



□ 1826

**Sauce beurre citron**

600 g (9,92€/kg)

la boîte **5,95€**



□ 1818

**Sauce beurre blanc**

12 x 50 g (9,92€/kg)

la boîte **5,95€**



□ 1821

**Sauce oseille**

12 x 50 g (9,92€/kg)

la boîte **5,95€**



□ 1812

**Sauce grand veneur**

200 g (19,75€/kg)

la boîte **3,95€**



□ 1800

**Sauce hollandaise**

6 x 50 g (16,50€/kg)

la boîte **4,95€**



□ 1824

**Sauce homardine**

200 g (19,75€/kg)

la boîte **3,95€**



□ 1822

**Sauce au foie gras**

200 g (19,75€/kg)

la boîte **3,95€**



□ 3213  
**Filet mignon de porc**  
3 x 500 g env. le kg **19,90€**



□ 4002  
**Andouillettes de Troyes**  
7 x 145 g (19,66€/kg)  
le sachet **19,95€**

□ 4029  
**Boudin noir**  
1 kg  
le sachet **9,90€**

□ 4028  
**Boudin blanc aux morilles**  
Viande de porc, lait, morilles, épices  
8 x 125 g  
le sachet **19,90€**



□ 4007  
**Chipolatas à l'ancienne**  
au sel de Guérande, sans colorant

20 x 50 g le kg **14,90€**



□ 4011  
**Merguez bœuf/mouton**

20 x 50 g le kg **18,50€**



□ 4001  
**Chipolatas aux herbes**

20 x 50 g le kg **13,90€**



□ 4021  
**Saucisses fumées**

8 x 125 g le kg **13,95€** ~~14,50€~~

**PROMO**



□ 4015  
**Saucisses de campagne**  
au sel de Guérande

8 x 125 g le kg **14,90€**

**Cochon de Bretagne**

100% alimentation végétale et minérale  
Produits fabriqués à partir de Porc Breton frais,  
sans colorant, sans conservateur, boyau naturel!

// LE PORC



**Ribs (travers de porc) à griller**

4 x 350 g env.

Cochon de Bretagne

□ 4016 nature le kg **10,95€**

□ 4017 mariné le kg **12,90€**

**Ribs marinés**

Déjà cuit, juste à réchauffer



□ 4018 provençal

□ 4019 barbecue

600 g (14,92€/kg)

**PROMO**

le sachet **8,95€ 9,50€**



**Cochon de Bretagne**

□ 4031

**Saucisses de campagne**

1 kg le kg **11,50€ 12,50€**

**PROMO**



**Cochon de Bretagne**

□ 4038

**Chorizo à griller**

1 kg le sachet **14,90€ 15,90€**

**PROMO**

□ 4033  
**Véritables Merguez Bœuf / Agneau Français**

1 kg le kg **19,90€**

□ 3226  
**Rôti de porc échine saumuré**  
sans os 1/2 sel VF

2 x 800 g env. le kg **12,50€**

□ 3228  
**Rôti échine**

1 kg env. le kg **14,10€**

□ 3218  
**Rôti de porc échine**

2 x 800 g env. le kg **13,10€**



**Côtes de porc**

□ 3205  
**première/filet**

VPF - viande de porc française.

1,5 kg (9,67€/kg)

le sachet **14,50€**

□ 3203  
**échine marinée mexicaine**

1 kg le sachet **9,95€**

□ 3209

**échine VPF**

1,5 kg (6,63€/kg)

le sachet **9,95€**



□ 3231  
**Rôti de porc façon Orloff**

Longe de porc, emmental, bacon, tomates

1 kg env. le kg **15,60€**



□ 3245  
**Museau de porc** 8 tranches

2 x 250 g (13,80€/kg)

la boîte **6,90€**



□ 3154  
**Noix de joue de porc VPF**

1 kg le kg **17,50€**



□ 3223  
**Palette de porc 1/2 sel**

2 x 1 kg env. le kg **9,90€**



**Offre Limitée**

**PROMO**

□ 3241  
**Lardons fumés allumettes**

500 g (10,50€/kg)

la boîte **5,25€ 5,95€**



□ 3202  
**Pluma de porc**

1 kg le kg **22,50€**



□ 3235  
**Jambon grill**

10 x 100 g la boîte **14,90€**



□ 3222  
**Poitrine de porc tranchée marinée mexicaine**

1 kg le kg **14,50€**



□ 3220  
**Jarret de porc 1/2 sel**

2 x 1,2 kg env. le kg **7,90€**



□ 3230  
**Rouelle de porc nature**

1,2 kg env. le kg **11,00€**



□ 4004  
**Poitrine de porc maigre demi sel**

2 x 500 g env. le kg **15,90€**



□ 3207  
**Épaule de porcelet semie désossée farcie**

1,7 kg env. le kg **28,90€**

// LE BŒUF

> Le bœuf haché



□ 3128

**Faux filet VBF** race à viande

Maturée et emballée sous vide - boucherie artisanale  
5 x 180 g env.

le kg **26,90€** ~~29,90€~~



> Découpe de bœuf



□ 3110

**Rôti de bœuf bardé**

Cœur de filet Extra-tendre

1 kg env.

le kg **44,90€**



□ 3022  
**Steaks hachés Le Charolais**  
façon bouchère

VBF - 15% de matière grasse

8 x 100 g (19,38€/kg) la boîte **15,50€**



□ 3003

**Steaks hachés**

VBF - 15% de matière grasse

10 x 100 g

le sachet **17,90€**

**Offre Économique**

□ 3010

**Steaks hachés**  
façon boucherie

VBF - 15% de matière grasse

25 x 100 g (16,20€/kg)

le sachet **40,50€**



□ 3132

**Côte de bœuf VBF EXTRA**

1 kg env.

le kg **32,00€**



□ 3030  
**Fondant de charolais**

4 x 120 g (26,88€/kg)

la boîte **12,90€**



□ 3019

**Steaks hachés "boucherie artisanale"**

VBF - 5% de matière grasse race à viande

12 x 125 g (18,33€/kg)

le sachet **27,50€**



□ 3025

**Haché Tradition en grains,**  
portionnable

VBF - 15% maximum matière grasse, pure viande de bœuf Française égrenée

1 kg

le sachet **15,95€**



□ 3105  
**Tournedos plein filet VBF**  
600 g (49,83€/kg) le sachet **29,90€**



□ 3116  
**Bavette d'aloiau VBF**  
800 g (33,63€/kg) le sachet **26,90€**



□ 3100  
**Pavés de bœuf marinés 3 poivres**  
960 g (31,15€/kg) le sachet **29,90€**



□ 3135  
**Paleron pour pot au feu VBF**  
2 x 800 g env. le kg **18,95€**



□ 3123  
**Entrecôte premières tranchées VBF**  
800 g (33,63€/kg) le sachet **26,90€**



□ 3127  
**Cœur de rumsteak VBF**  
800 g (33,63€/kg) le sachet **26,90€**



□ 3130  
**Assortiment pour bourguignon VBF**  
collier basse côte  
1 kg le sachet **16,50€**



□ 3159  
**Noix de joue de bœuf VBF**  
2 x 500 g le kg **19,90€**



**// L'AGNEAU**  
**Tranches de gigot Français**  
1,2 kg env. le kg **29,90€**



□ 3425  
**Côtes d'agneau Françaises**  
1,2 kg env. le kg **28,50€**



□ 3417  
**Souris d'agneau**  
1 kg pièce env. le kg **26,90€**



□ 3418  
**Selle d'agneau**  
600/800 g pièce le kg **26,90€**



□ 3411  
**Épaule et collier d'agneau avec os pour navarin**  
1 kg le sachet **15,95€**

## // LE VEAU



□ 3303  
Assortiment pour  
blanquette VF, épaule,  
collier  
1 kg

le sachet **21,00€**

□ 3321  
Rôti de veau épaule  
avec os VF  
1,2 kg env.

le kg **19,90€**

□ 3320  
Rôti de veau  
sans os sous noix VF

1 kg env. le kg **25,90€**

□ 3310  
Escalope de veau  
dans la noix VF

1 kg le sachet **29,90€**

□ 3306  
Côtes de veau première VF  
1 kg env.

le kg **23,50€**



□ 3315  
Jarret de veau pour osso bucco VF  
Jarret coupé en rondelles sans entame, calibre 180/220g

1 kg

le sachet **17,95€**



□ 3302  
Haché de veau 15% MG

14 x 100 g env

le kg **21,00€**



□ 3029  
Boulette de veau/porc

500 g (22,00€/kg)

le sachet **11,00€**



□ 3308  
Paupiettes de veau façon bouchère  
VF

6 x 180 g env.

le kg **22,00€**

## // LES ABATS



□ 3156  
Foie de veau VF

1 kg

le sachet **24,50€**



□ 3150  
Langue de bœuf  
"coupe suisse" VBF

1,5/2 kg env.

le kg **15,90€**



□ 3155  
Langue de porc  
saumurée VF  
1,5 kg (9,67€/kg)

Offre Limitée

le sachet **14,50€**

## // LE LAPIN

□ 4333  
Cuisses de lapin vendéen  
1 kg le kg **18,50€**



## > La volaille entières



□ 4210  
**Poulet noir fermier**

1,8 kg env. le kg **10,50€**



□ 4211  
**Poulet de "Kerguilavant" Bio fermier**

1,6 kg env. le kg **16,95€**



□ 4225  
**Pintade fermière**

1,3 kg env. le kg **14,50€**



□ 4233  
**Coquelets**

4 x 600 g (10,00€/kg) la pièce **6,00€**



□ 4232  
**Cailles sans tête**

2 pièces soit 360 g (16,39€/kg) la boîte **5,90€**

## LE VOLAILLER

### > Les volailles farcies



□ 4244  
**Cailles crapaudines farce foie gras**

2 x 160 g (34,38€/kg) la boîte **11,00€**



□ 4229  
**Rôti de 1/2 pintade farce légumes anciens**

Viande origine France, mélange de légumes grillés aromatisés (rutabaga, patate douce, butternut, panais)

550 g (30,00€/kg) la boîte **16,50€**



**Nouveau**

□ 4230  
**Parfait de poularde marron cèpes**

Parfait constitué d'une demi poularde entièrement désossée fourrée d'une portion d'une portion d'environ 200g de farce marrons, cèpes avec barde

1 kg la boîte **25,50€**



□ 4237  
**Ballotin de pintade farce giroles**

Cuisse de pintade désossée 66%, farce 26% (viande de dinde origine France, gras de veau, eau, giroles 11%\*, cèpes et bolets 11%\*, Farine de Blé, Armagnac, échalote, ciboulette, ail, sel, poivre, muscade,

2 x 190 g (31,31€/kg) la boîte **12,90€**

> Les découpes de poulet, pintade



□ 4348  
**Aigillettes de poulet marinées**  
marinade saveur barbecue  
500 g (19,80€/kg) le sachet **9,90€**



**Aigillettes de poulet**  
100% alimentation végétale  
□ 4323  
1 kg le sachet **17,90€**



□ 4342  
**Steaks de poulet mariné**  
**Thym Citron à griller**  
500 g (19,80€/kg) le sachet **9,90€**



□ 4307  
**Haut de cuisses de poulet provençal**  
1 kg le sachet **11,00€**

□ 4205  
**Poulet rôti découpé**  
920 g (16,85€/kg) la boîte **15,50€**

Maitre Coq



□ 4300  
**Cuisses de poulet noir déjointées**  
1,5 kg (13,00€/kg) le sachet **19,50€**



□ 4324  
**Aigillettes de poulet panées**  
cuites et surgelées individuellement  
1 kg le sachet **17,90€**



□ 4317  
**Wings party marinés barbecue et cuits**  
Pilons de poulet marinés et cuits  
1 kg le sachet **14,50€**



□ 4310  
**Cuisses de pintade**  
100% muscle sans peau et sans matière grasse ajoutée. Poulet né, élevé et préparé en France.  
1 kg le sachet **14,90€**

SAVIC

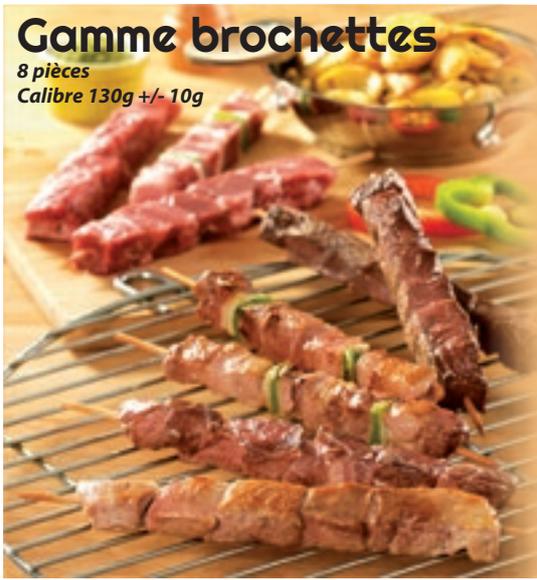


□ 4410  
**Escalope de dinde**  
 2 kg (13,50€/kg)  
 le sachet **27,00€** ~~27,90€~~

□ 4408  
 1 kg le sachet **14,90€**

## Gamme brochettes

8 pièces  
 Calibre 130g +/- 10g



□ 4436  
**Brochettes de dinde nature**  
 1 kg le sachet **14,90€**

□ 4435  
**Brochettes de dinde au curry**  
 1 kg le sachet **15,90€**

□ 4437  
**Brochettes de dinde/poivrons**  
 1 kg le sachet **15,90€**

□ 4438  
**Brochettes de dinde mexicaine**  
 1 kg le sachet **15,90€**



□ 4312  
**Sot-l'y-laisse**  
 1 kg le sachet **17,95€**



□ 4440  
**Cuisses de dinde sous vide**  
 Surgelées individuellement  
 2 x 800 g env. le kg **6,90€**

## > Les découpes de canard



**SELON STOCK**  
 □ 1798  
**Cuisse de canard grasse confite**  
 1,6 kg env. le kg **23,90€**



□ 4330  
**Magret de canard Français** sous vide  
 4 x 300 g env. le kg **26,90€**

## > Les découpes de dinde

## > Spécialités de volaille



□ 4321  
**Nuggets de filet de poulet**  
 Préparation à base de viande de filet de poulet, eau, protéines de soja, sel, chapelure, farine  
 2 x 500 g le sachet **14,50€**



□ 4314  
**Filets de poulets cornflakes**  
 Filets de poulet reconstitués traités en salaison, panés, frits, cuits  
 1 kg le sachet **15,50€**



□ 4419  
**Cordons bleus de dinde**  
 Escalope de dindonneau, panure, jambon cuit de dindonneau, fromage  
 8 x 125 g la boîte **12,50€**

□ 4416  
**Cordons bleus de poulet**  
 Viandes de poulet et de dinde traitées en salaison, garnies au jambon de dinde cuit et fromage fondu  
 10 x 100 g le sachet **13,50€**

> Spécial salade



□ 1741  
**Lamelles précuites de kébab**  
850 g (18,71€/kg)

**PROMO**

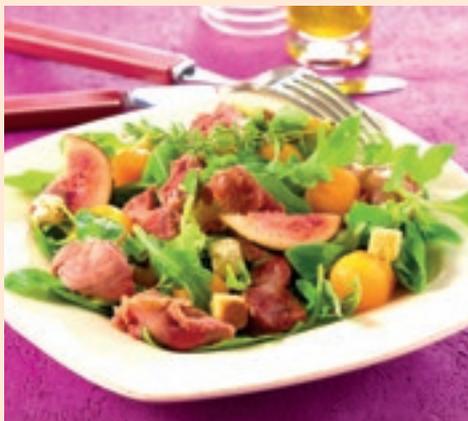
le sachet **15,90€** ~~17,90€~~



□ 6305  
**Pain kébab**

3 x 110 g (8,94€/kg)

le sachet **2,95€**



□ 4429  
**Gésiers de poulet confits à la graisse de canard**

à poêler 10 mn après décongélation avant d'agrémenter vos salades

300 g (16,33€/kg)

la boîte **4,90€**

> La viande pour animaux



□ 4431  
**Haché**  
Aliment complémentaire présenté sous forme de steak cru à base de viande et carcasse de volailles (100% volaille),  
**10 pièces de 100g**

le sachet **3,50€**

// **LE BIO** **AB**

Une tendance qui se confirme !

// **TRAITEUR BIO**



□ 1403  
**Pizza Bio légumes cuisinés**

Sauce tomate cuisinée, aubergines, courgettes, poivrons rouges et jaunes, saveur provençales, mozzarella

400 g (16,75€/kg) la boîte **6,70€**



□ 1407  
**Pizza aux 3 fromages Bio**

Sauce tomate cuisinée, emmental, mozzarella, gorgonzola

350 g (18,00€/kg) la boîte **6,30€**



□ 1415  
**Pizza saumon courgettes Bio**

Crème épaisse, saumon fumé, courgettes grillées, emmental, aneth

370 g (20,27€/kg)

la boîte **7,50€**



□ 1404  
**Pizza saumon fumé Bio**

Sauce tomate cuisinée, saumon fumé, emmental

360 g (19,17€/kg)

la boîte **6,90€**

□ 1410  
**Pizza bleu d'Auvergne et noix du Dauphiné Bio**

Crème épaisse, Bleu d'Auvergne, Noix du Dauphiné, Courgettes, Emmental

370 g (20,00€/kg)

la boîte **7,20€**  
**7,50€**

**PROMO**



□ 1609  
**Brandade de morue Bio**

Pommes de terre, morue dessalée, crème fraîche, beurre frais, ail, persil, huile d'olive, sel de Noirmoutier, poivre et noix de muscade

300 g (21,67€/kg)

la boîte **6,50€**

> Les viandes et volailles



□ 4006  
**Chipolatas Bio**

4x60g (24,90€/kg) le lot de 2 **11,95€** ~~12,90€~~

**PROMO**



□ 3004  
**Steaks hachés Bio façon boucherie**

10x100g le kg **24,90€**



□ 4211  
**Poulet de Kerguilavant Bio Fermier**

1,6 kg env. le kg **15,95€**



□ 4297  
**Cuisse de poulet Bio**

4x300g env. le kg **16,50€**



□ 4298  
**Filet de poulet jaune Bio**

1,5 kg env. le kg **29,90€**



□ 5280  
**Haricots verts entiers Bio**

600g (4,92€/kg) le sachet **2,95€**



□ 5281  
**Brocolis en fleurette Bio**

2,5 kg (5,40€/kg) le sachet **13,50€**



□ 5285  
**Petits pois fins Bio**

600g (5,83€/kg) le sachet **3,50€**



□ 5287  
**Épinards Bio en branche**

600g (6,50€/kg) le sachet **3,90€**



□ 5290  
**Choux fleurs Bio**

2,5 kg (3,84€/kg) le sachet **9,60€**



□ 5289  
**Carottes en rondelles Bio**

2,5 kg (3,00€/kg) le sachet **7,50€**

> Les légumes



□ 5282  
**Mélange wok Bio**

Brocolis, carottes jaunes et rouges, haricots verts, poivrons rouges, oignons

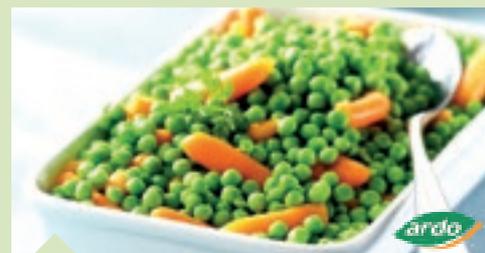
600g (5,83€/kg) le sachet **3,50€**



□ 5284  
**Mélange d'été Bio**

Choux fleurs, carottes, haricots, petits pois

600g (5,83€/kg) le sachet **3,50€**



□ 5286  
**Petits pois et carottes Bio**

600g (5,83€/kg) le sachet **3,50€**



□ 5288  
**Légumes potage bio**

600g (6,17€/kg) le sachet **3,70€**



□ 1762  
**Poêlée de légumes façon tajine Bio**

Mélange de légumes : patates douces, courgettes, carottes, pois chiches, raisins avec sauce pimentée

600g (9,83€/kg) le sachet **5,90€**

# LES LÉGUMES

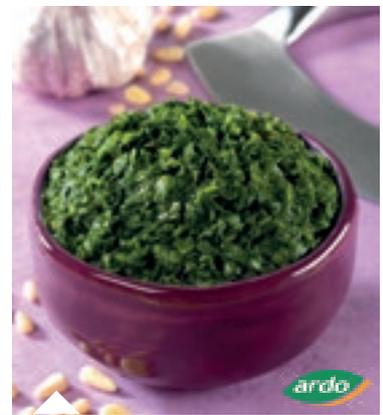
// LES LÉGUMES 1 KG

> Légumes naturels



□ 5332  
**Potiron portion**  
750 g (3,93€/kg)

le sachet **2,95€**



□ 5345  
**Épinards branches**

1 kg le sachet **2,90€**



□ 5340  
**Marrons**

1 kg le sachet **15,50€**



□ 5313  
**Salsifis**

1 kg le sachet **4,20€**



□ 5312  
**Poireaux coupés**

1 kg le sachet **2,50€**



□ 5324  
**Flageolets verts**

1 kg le sachet **2,90€**



□ 5335  
**Oignons émincés**

1 kg le sachet **3,30€** ~~3,60€~~

**PROMO**



□ 5350  
**Brocolis en fleurettes**  
1 kg

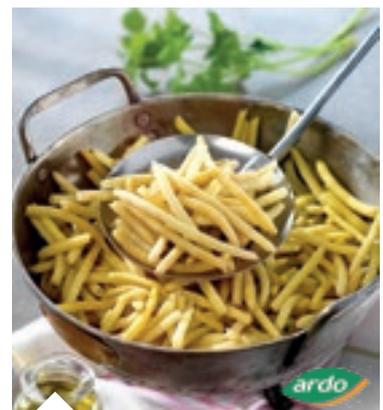
le sachet **3,70€**

□ 5320  
**Carottes en rondelles**  
1 kg

le sachet **1,95€**

□ 5315  
**Haricots verts extra fins de Bretagne**  
1 kg

le sachet **3,60€**



□ 5310  
**Haricots beurre entiers fins**

1 kg le sachet **2,95€**

## > Mélanges de légumes

□ 5311  
**Choux de Bruxelles**  
1 kg  
le sachet **2,90€**

□ 5316  
**Choux fleurs en fleurettes**  
1 kg  
le sachet **2,95€**

□ 5317  
**Petits pois extra fins**  
1 kg  
le sachet **3,60€**



□ 5307  
**Légumes pour potage**  
Carotte, choux fleurs, pommes de terre, céleris, navets, haricots, petits pois  
1 kg le sachet **2,95€**



□ 5300  
**Julienne de légumes**  
Carottes, poireaux, céleris  
1 kg le sachet **2,95€**



□ 5425  
**Légumes pour couscous**  
Carottes, courgettes, céleris, navets, poivrons verts et rouges, pois chiches  
1 kg le sachet **2,70€**



□ 5304  
**Lamelles de poivrons rouges verts et jaunes**  
1 kg le sachet **4,90€**

## // LES LÉGUMES 2,5 KG



□ 5401  
**Légumes pour pot au feu**  
Carottes (31%), poireaux (18%), navets, (18%), oignons (8%), Céleris (5%)  
2,5 kg (3,32€/kg) le sachet **8,30€**



□ 5435  
**Légumes pour potage**  
Carotte, choux fleurs, pommes de terre, céleris, navets, haricots, petits pois  
2,5 kg (2,38€/kg) le sachet **5,95€**



□ 5405  
**Choux fleurs en fleurettes de Bretagne**  
2,5 kg (2,68€/kg) le sachet **6,70€**



□ 5431  
**Ratatouille cuisinée**  
Tomates, aubergines, courgettes, oignons, poivrons rouges et jaunes  
2,5 kg (6,36€/kg) le sachet **15,90€**

## // LES CONDIMENTS



□ 5511  
**Ail coupé**  
250 g (20,40€/kg)  
le sachet **5,10€**



□ 5512  
**Ciboulette coupée**  
250 g (14,60€/kg)  
le sachet **3,65€**



□ 5513  
**Persil coupé**  
250 g (12,20€/kg)  
le sachet **3,05€**



□ 5514  
**Échalote**  
250 g (18,40€/kg)  
le sachet **4,60€**



□ 5509  
**Oseille**  
250 g (18,40€/kg)  
le sachet **4,60€**



□ 5516  
**Estragon**  
250 g (23,60€/kg)  
le sachet **5,90€**



□ 5517  
**Basilic**  
250 g (23,60€/kg)  
le sachet **5,90€**

# // LES PRODUITS DE POMMES DE TERRE

## > Garniture de pomme de terre



□ 5534  
**Gratin dauphinois**

Pomme de terre, emmental, poudre de lait entier, crème fraîche, beurre, farine de blé, sel, purée d'ail, jaune d'oeuf, arômes naturels, épices.

900 g (8,33€/kg)

la boîte **7,50€**

□ 5515  
**Pom'dauphines cuites**

1 kg

le sachet

**5,60€**



□ 5520  
**Pom'noisettes précuites**

1 kg

le sachet

**3,60€**



□ 5546  
**Pom Duchesse**

1 kg

le sachet

**3,60€**



□ 5523  
**Pommes cubes à rissoler**

1 kg

le sachet

**3,60€**



□ 5536  
**Pomme de terre Grenaille au Beurre**

450 g

(10,22€/kg)

le sachet

**4,60€**



SANS GLUTEN

□ 5545  
**Pom'rosti naturels**

Pomme de terre, oignon

1 kg

le sachet **3,60€**



SANS GLUTEN

□ 5609  
**Galettes pommes de terre façon Anna**

10 x 100 g

le sachet **10,50€**



□ 5603  
**Paillassons de pomme de terre oignon**

8 x 100 g (8,31€/kg)

le sachet **6,60€**



2 BOÎTES ACHETÉES + 1 OFFERTE

□ 5625  
**Nids de pomme de terre emmental, jambon**

2 x 110 g (27,05€/kg)

la boîte **6,50€**



□ 5615  
**Paillassons de pomme de terre lardon**

6 x 100 g (9,17€/kg)

le sachet **5,50€**

2 BOÎTES ACHETÉES + 1 OFFERTE



□ 5627  
**Nids de pomme de terre oignons de Roscoff, lardons**

2 x 110 g (29,55€/kg)

la boîte **6,50€**

□ 5555  
**Frites allumettes 7/7 bi-température**

2,5 kg (2,90€/kg)

le sachet **7,25€**

□ 5556  
**Frites 12/12**

1 kg

le sachet **2,90€**

□ 5550  
**Frites 10/10 bi-température**

2,5 kg (2,90€/kg)

le sachet **7,25€**



□ 5558  
**Potatoes épicées**

Quartiers de pommes de terre avec peau, enrobés d'une préparation d'ail et fines herbes

1 kg

le sachet **4,25€**

> Les champignons



□ 5507  
**Champignons émincés**  
 2 x 600 g (7,46€/kg)  
 le sachet **8,95€**



□ 5500  
**Champignons miniatures**  
 1 kg  
 le sachet **9,90€**



Offre Limitée



PROMO

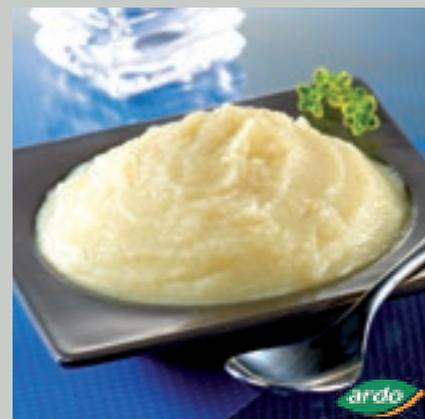
□ 5570  
**Purée de pomme de terre gourmande**  
 Pomme de terre, beurre, lait entier ne poudre, sel, extrait épices  
 1 kg  
 le sachet **4,50€** ~~4,90€~~



□ 5572  
**Purée de carottes**  
 1 kg le sachet **2,90€**



> Les purées, gratins et galets



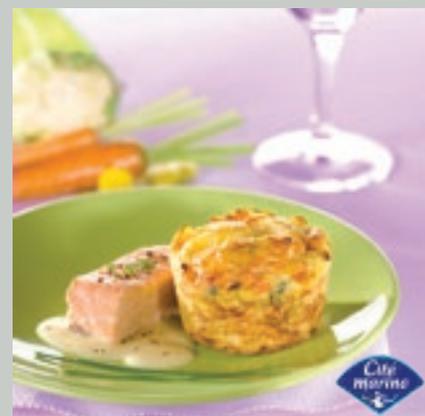
□ 5575  
**Purée de céleri**  
 1 kg le sachet **2,50€**



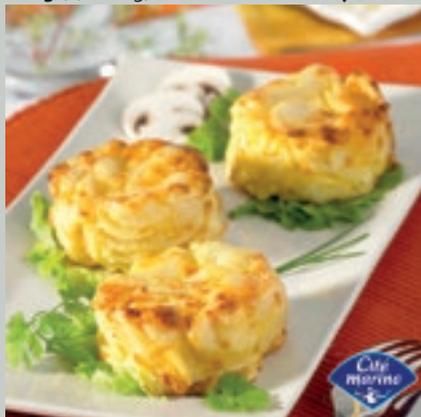
□ 5580  
**Purée 4 saveurs**  
 Haricots verts, courgettes, épinards hachés, petits pois doux, crème fraîche, pommes de terre, beurre.  
 780 g (7,18€/kg) le sachet **5,60€**



□ 5584  
**Minis gratins aux cèpes et bolets**  
 Pomme de terre, crème, champignons, bolets, cèpes béchamel  
 8 x 100 g (11,19€/kg) le sachet **8,95€**



□ 5594  
**Minis gratins de légumes**  
 Légumes (carottes orange et jaunes, courgettes, brocolis), crème, emmental, béchamel  
 6 x 120 g (9,58€/kg) le sachet **6,90€**



□ 5596  
**Minis gratins dauphinois**  
 Pomme de terre, crème, emmental, béchamel  
 6 x 120 g (8,26€/kg) le sachet **5,95€**



□ 5611  
**Gratin de légumes verts aux 2 quinoas**  
 Légumes (brocoli, haricot vert, épinard, petits pois) et quinoa (blanc et rouge) origine France.  
 400 g (13,75€/kg) la boîte **5,50€**



□ 5619  
**Palets de courgettes et petits légumes**  
 2 x 300 g (9,92€/kg) le lot **5,95€**



## // LES POÊLÉES

□ 5000

### Poêlée fermière

Pommes de terre en dés rissolées, oignons émincés, champignons émincés, lardons cuits  
750 g (6,40€/kg)

le sachet **4,80€**

### > Mélange de légumes nature



POYSSON BRETON

□ 5022

### Poêlée Celtique

Haricots verts, choux fleurs, pommes de terre rissolées, brocolis, carottes parisiennes, oignons

1 kg

le sachet **4,95€**



Bonduelle

□ 5006

### Poêlée La Méditerranéenne

Courgettes grillées, aubergines, pommes de terre, poivrons rouges et jaunes, graines de courges

750 g (9,60€/kg) le sachet **7,20€**



POYSSON BRETON

PROMO

□ 5025

### Poêlée Maraîchère

Haricots verts, carottes en rondelles, choux fleurs, petit pois doux, poivrons rouges, tomates, oignons émincés

1 kg le sachet **5,50€ 5,95€**



POYSSON BRETON

□ 5030

### Poêlée du jardin

Haricots, brocolis, champignons de Paris, poivrons rouges, oignons

1 kg

le sachet **5,80€**



POYSSON BRETON

□ 5032

### Poêlée Côté Sud

Courgettes grillées, oignons, tomates, poivrons, aubergines

750 g (6,60€/kg)

le sachet **4,95€**



POYSSON BRETON

□ 5010

### Poêlée à la bretonne

Carottes, choux-fleur, haricots verts, pommes de terre rissolées, oignons, lardons fumés

1 kg

le sachet **5,70€**



POYSSON BRETON

PROMO

□ 5020

### Poêlée Sarladaise

Pommes de terre lamelles pré-frites, graisse de canard, herbes aromatiques

750 g (7,93€/kg)

le sachet **5,50€ 5,95€**



POYSSON BRETON

□ 5038

### Poêlée pour le poisson

Carottes, tomates, épinards, échalotes

1 kg

le sachet **5,85€**



Bonduelle

□ 5042

### Poêlée champêtre

Haricots verts, Carottes, Pois doux, Champignons de paris et Oignons grelots. Accompagnée de sachets d'épices Persil et Ciboulette

950 g (6,32€/kg)

le sachet **6,00€**



Bonduelle

□ 5017

### Poêlée La Parisienne aux lardons

Haricots verts, pommes de terre, carottes, champignons de paris, oignons, lardons cuits fumés

750 g (10,60€/kg)

le sachet **7,95€**



□ 5015

### Poêlée Périgourdine

Pommes de terre, haricots verts, lardons cuits fumés, champignons de Paris, gésiers de poulet cuits dans la graisse de canard, oignons, graisse de canard, ail, émincés de canard cuit fumé traité en salaison

1 kg

le sachet **8,95€**



□ 6351  
**Cocktail de fruits rouges**  
Groseilles, griottes, cassis, mûres, myrtilles,  
framboises

1 kg  
le sachet **8,50€**



□ 6352  
**Rhubarbe**

1 kg  
le sachet **5,50€**



□ 6353  
**Oreillons de quetsches**

1 kg  
le sachet **5,50€**



□ 6355  
**Mangue en morceaux**

1 kg  
le sachet **7,70€**

□ 6356  
**Ananas en morceaux**

1 kg  
le sachet **8,50€**



□ 6357  
**Myrtilles**

1 kg  
le sachet **11,90€**



□ 6350  
**Framboises entières**

1 kg  
le sachet **15,90€**



□ 6348  
**Salade de fruits exotiques**  
Ananas, papaye, raisin, mangue, mandarine, kiwi, melon  
vert et cantaloup enrobés de jus de la passion

1 kg  
le sachet **8,50€**



# LE PÂTISSIER

## // PÂTISSERIE INDIVIDUELLE

### Charlotte

2 x 90 g (38,61€/kg)

la boîte **6,95€** ~~7,30€~~

□ 6029

#### vanille et fruits rouges

Bavaroise vanille, inclusion de fruits rouges, biscuit génoise nature, glaçage fruits rouges

□ 6027

#### Charlotte poire chocolat

Bavaroise poire, bavaroise chocolat, biscuit et génoise nature, cubes de poire, copeaux chocolat noir



**PROMO**

□ 6009

#### Choux twisté vanille cacao noisette

2 x 75 g (28,33€/kg)

la boîte **4,25€** ~~4,50€~~

Offre Limitée



**PROMO**

□ 6038

#### Mini moelleux assortis

18 pièces : 4 Moelleux à la pomme acidulée, 3 Moelleux aux griottes, 4 Moelleux aux pépites de chocolat, 3 Moelleux à la pistache, 4 Pyramides coco

225 g (43,60€/kg)

la boîte **10,90€** ~~12,50€~~



□ 6043

#### Crèmes brûlées

2 x 120 g (28,75€/kg)

la boîte **6,90€**



□ 6012

#### Paris-Brest

Crème, œufs, pâte de noisette, pâte de praliné, farine de blé, amande, beurre, poudre de lait, sucre

6 x 60 g (29,17€/kg)

la boîte **10,50€**



□ 6010

#### Baba au rhum

Biscuit Savarin imbibé de sirop de rhum, crème vanille

4 x 152 g (16,28€/kg)

la boîte **9,90€**



□ 6026

#### Moka au café

Crème au beurre parfum café, génoise, éclats de noisettes caramélisées, grain de café en chocolat

4 x 95 g (28,68€/kg)

la boîte **10,90€**



□ 6017

#### Millefeuille

4 x 120 g (20,63€/kg)

la boîte **9,90€**



□ 6002

#### Tartlettes aux pommes

10 x 120 g (14,08€/kg) la boîte **16,90€**



□ 6005

#### Tartlettes façon crème brûlée

Pâte sucrée pur beurre, crème saveur « crème brûlée » aux oeufs frais

10 x 85 g (23,41€/kg) la boîte **19,90€**



□ 6003

#### Tartlettes aux framboises

5 x 110 g (24,55€/kg) la boîte **13,50€**



□ 6004

#### Tartlettes au citron meringuées

5 x 100 g (25,80€/kg) la boîte **12,90€**



□ 6011

#### Tartlettes tatin

Pommes 79%

10 x 120 g (16,58€/kg) la boîte **19,90€**

□ 6039  
**Petits fours classiques x 38**

5 Tartelettes citron, 5 Tartelettes framboise, 10 Choux saveur crème brûlée, 6 Entremets do chocolat, 6 Entremets mangue passion, 6 Opéra  
430 g (57,91€/kg)

la boîte **24,90€**



**Tipiak**



**Délifrance**

□ 6021  
**Maxi éclairs vanille**

Coque de pâte à choux à la margarine, garnie d'une crème pâtissière parfum vanille, décorée d'un fondant blanc

8 x 80 g (14,84€/kg) la boîte **9,50€**

□ 6022  
**Maxi éclairs au café**

Coque de pâte à choux à la margarine, garnie d'une crème pâtissière à la crème de lait et au café, décorée d'un fondant au café

8 x 80 g (14,84€/kg) la boîte **9,50€**

□ 6023  
**Maxi éclairs au chocolat**

Coque de pâte à choux à la margarine, garnie d'une crème pâtissière à la crème de lait au chocolat, décorée d'un fondant parfum chocolat

8 x 80 g (14,84€/kg) la boîte **9,50€**



**MAISON PROLAINAT**

**PROMO**

□ 6015  
**Éclairs café chocolat**

Crème pâtissière au chocolat et café

12 x 60 g (20,69€/kg)  
la boîte **14,90€ 15,90€**



**Délifrance**

□ 6040  
**Mini pâtisseries x 12**

3 Croustillants noisette chocolat, 3 Croustillant caramel, 3 Opéra, 3 Framboisiers.

12 x 35 g (37,86€/kg) la boîte **15,90€**



□ 6014  
**Éclairs caramel au beurre salé**

Crème pâtissière au caramel au beurre salé, au lait entier et enrichie à la crème de lait

6 x 50 g (27,50€/kg) le lot de 2 boîtes **16,50€**

□ 6032  
**Macarons "Émotions"**

6 chocolat/orange,  
6 citron/citron vert,  
6 framboise/groseille,  
6 banane,  
6 cassis,  
6 speculoos

36 x 13 g (42,52€/kg)

la boîte **19,90€**



**Elaboré en France,**  
Colorants et arômes naturels,  
Sans gluten, Sans Conservateur,  
Sans huile de palme

**SYM PHONIE**  
PÂTISSIER



## // TARTES FAMILIALES



□ 6200  
**Flan à la vanille**  
(découpé en 10 parts) Onctueuse crème à flan vanillée sur une fine couche de pâte

**1,1 kg** (6,82€/kg) *la boîte* **7,50€**



□ 6206  
**Grillé aux abricots**  
Découpé en 10 parts

**800 g** (13,63€/kg) *la boîte* **10,90€**



□ 6207  
**Tarte à la rhubarbe et pomme**  
(Pré-découpée en 8 parts) Quartiers de pommes fraîches (19,5%) et morceaux de rhubarbe (19,5%) nappés d'une crème normande sur une pâte pur beurre

**900 g** (9,44€/kg) *la boîte* **8,50€**



□ 6210  
**Tarte Normande**  
(pré-découpée en 8 parts) Quartiers de pommes fraîches (40%) nappés d'une crème normande sur une pâte pur beurre

**900 g** (8,44€/kg) *la boîte* **7,60€**



□ 6225  
**Tarte aux pommes**  
(pré-découpée 8 parts) Lamelles de pommes déposées sur une purée de pommes avec morceaux et une pâte pur beurre

**950 g** (9,42€/kg) *la boîte* **8,95€**



□ 6205  
**Tarte au citron**  
découpée 10 parts

**800 g** (13,75€/kg) *la boîte* **11,00€**

□ 6230  
**Tarte aux poires**  
(découpée en 8 parts) Demi-poires nappés de crème frangipane sur une pâte sablée

**950 g** (14,32€/kg)

*la boîte* **13,60€**



Délic France



□ 6126

### Tiramisu

Alternance d'un biscuit génoise nature imbibé d'un sirop au Marsala et au café et d'un bavaois au mascarpone. Décoration de poudre de cacao maigre.

610 g (30,33€/kg)

la boîte 18,50€

SYM  
PHONIE  
PÂTISSERIE



□ 6150

### Intense chocolat découpé

950 g (20,95€/kg)

la boîte 19,90€



□ 6131

### Succès aux noix

Entre 2 macarons moelleux aux amandes: mousse aux noix et aux amandes

410 g (26,83€/kg)

la boîte 11,00€



MAISON  
PROLAINAT

□ 6118

### Fraisier

Mousse vanille, morceaux de fraises et double génoise aux amandes imbibé de sirop de fraise

540 g (25,00€/kg)

la boîte 13,50€

## // GÂTEAUX À PARTAGER



MAISON  
PROLAINAT

□ 6115

### Opéra

Glaçage et ganache au chocolat, mousse au café et biscuit amande café.

325 g (27,54€/kg)

la boîte 8,95€



ERHARD

□ 6114

### Forêt noire

Mousse vanille, ganache au chocolat noir, biscuit de cacao imbibé de sirop

8 parts  
750 g (26,53€/kg)

la boîte 19,90€



□ 6123

### Entremet Macaron Vanille Framboise

755 g (23,18€/kg)

la boîte 17,50€ 19,90€

PROMO

Délic France



□ 6120

### Caramel Poire à la pointe de sel en Bande

Biscuit dacquoise aux éclats de noisettes. Une crème bavaoise au caramel avec pointe de sel et des cubes de poire William's

700 g (25,00€/kg)

la boîte 17,50€

## // LES VIENNOISERIES

□ 6325 **LOT DE 10 CROISSANTS PAC  
ET 10 PAINS AU CHOCOLATS PAC**  
**SOIT -20%**

le lot de 20 viennoiseries **12,25€ 15,30€**

□ 6320  
**Mixte 10 croissants x 50g ,  
10 pains au chocolat x 60g**  
10 x 50 g et 10 x 60 g (21,36€/kg)

la boîte **23,50€**

*Fabriqué par  
ESAT de Rosporden*



Délic France

□ 6323  
**Croissant pur beurre à cuire**

10 x 55 g (13,64€/kg) le sachet **7,50€**



Délic France

□ 6324  
**Pains au chocolat pur beurre à cuire**

10 x 60 g (13,00€/kg) le sachet **7,80€**



□ 6314  
**Brioche pur beurre,  
dorées, cuites**

3 x 270 g (14,69€/kg) le sachet **11,90€**

*Fabriqué par  
ESAT de Rosporden*



*Fabriqué par  
ESAT de Rosporden*

□ 6318  
**Pains aux raisins cuits  
crème pâtissière**

12 x 60 g (31,81€/kg) le sachet **22,90€**



□ 6322  
**Croissants cuits pur beurre**

20 x 50 g la boîte **21,90€**



*Fabriqué par  
ESAT de Rosporden*

□ 6316  
**Pains au chocolat cuits pur beurre**  
2 barres au chocolat

20 x 60 g (19,92€/kg) la boîte **23,90€**

## // PAIN ET PÂTE CRUE

□ 6307 **Nouveau**  
**1/2 baguettes  
précuites**  
12 mn au four, croustillantes  
et moelleuses  
3 x 120 g (10,83€/kg)  
la boîte **3,90€**



□ 6305  
**Pains kébab**  
3 x 110 g (8,94€/kg)

le sachet **2,95€**

□ 6345  
**Beurre de  
printemps 1/2 sel**  
"Le moulé tradition de la  
laiterie Le Gall"  
4 x 250 g

la boîte **15,50€**



□ 6339  
**Rouleau de pâte  
feuilletée pur  
beurre**

2 x 250 g  
lot de 2 boîtes  
**9,90€**

### Beignets

□ 6400 **aux pommes**  
□ 6410 **à la framboise**  
□ 6420 **parfum chocolat**  
12 x 75 g (7,67€/kg)

la boîte **6,90€**



SYM  
PHONIE  
PÂTISSIER

**SANS  
HUILE DE  
PALME**

# LE GLACIER

## // GLACES INDIVIDUELLES

### > Les bâtonnets



## Bâtonnets NUII

la boîte **5,90€**

- 8106 **Menthe Cookie**  
Glace à la menthe des vallées de l'Idaho et cookies  
**4 x 61 g** (24,18€/kg)
- 8107 **Coconut et Indian Mango**  
Sorbet à la mangue, crème glacée à la noix de coco, Chocolat blanc et copeaux de noix de coco  
**4 x 71,5 g** (20,63€/kg)
- 8110 **Caramel**  
Glace caramel salé et noix de macadamia d'Australie  
**4 x 68 g** (21,69€/kg)

### □ 8129 **Bâtonnets Big almond**

Crème glacée vanille enrobée de chocolat au lait et amandes

**20 x 88 g** (11,34€/kg) la boîte **19,95€**



## Bâtonnets Premio

### □ 8136 **vanille, chocolat blanc**

Glace vanille, enrobage chocolat blanc

### □ 8137 **vanille, chocolat au lait**

Glace vanille, enrobage chocolat au lait

**20 x 77 g** (12,31€/kg) la boîte **18,95€**

### □ 8134 **vanille, chocolat au lait et amandes**

Glace vanille, enrobage chocolat au lait et amandes

**20 x 78,5 g** (10,80€/L) la boîte **16,95€**  
**17,50€**



### □ 8211 **Bâtonnet Milka Chocolate Vanillia**

Glace à la vanille, feuilleté craquant au chocolat au lait, enrobage au chocolat Milka

**4 x 71 g** (20,77€/kg)

la boîte **5,90€**

**Milka**

### □ 8212 **Bâtonnet Toblerone**

Glace chocolat miel avec éclats de Toblerone et de nougat, enrobage craquant au chocolat au lait et morceaux de nougat

**4 x 66 g** (22,35€/kg)

la boîte **5,90€**



### □ 8215 **Bâtonnet Côte d'Or**

Glace au chocolat, enrobage chocolat & noisettes.

**4 x 65 g** (22,69€/kg)

la boîte **5,90€**



### □ 8214 **Bâtonnet Daim**

Glace au caramel, morceaux de Daim, enrobage chocolat avec éclats de Daim.

**4 x 71 g** (20,77€/kg)

la boîte **5,90€**

**Offre Limitée**

### □ 8241 **Assortiment de glaces XL**

Premio Chocolat lait (2), BIG Almond (2), Cornet d'Amour Vanille Brésilienne (2), Cornet Fraise (2), Coupe Dessert Brésilienne (2) Coupe Dessert Dame Blanche (2)  
**1020,2 g** (15,59€/kg)

le sachet **15,90€**



### □ 8216 **Mini bâtonnet Côte d'Or**

Assortiment de mini bâtonnets chocolat et vanille  
**6 x 35,5 g** (25,12€/kg)

la boîte **5,35€**

*extrême*



□ 8040  
café



□ 8041  
crème  
brûlée



□ 8039  
cœur  
fondant  
caramel

L'alliance d'une glace caramel et d'une glace saveur crème avec un savoureux cœur fondant caramel, le tout parsemé de morceaux de nougatine.

6 x 71 g (16,31€/kg)  
la boîte **6,95€**



□ 8044  
rhum  
raisins



□ 8048  
vanille  
praliné  
cœur  
fondant  
praliné



□ 8042  
menthe  
chocolat



□ 8045  
chocolat  
pistache



□ 8046  
citron  
framboise



□ 8043  
sundae  
caramel



□ 8047  
sundae  
fraise

6 x 73 g (15,87€/kg)  
la boîte **6,95€**

□ 8016  
**Cornet Confiserie Milka**

Coque de chocolat au lait Milka  
Glace onctueuse à la vanille & éclats de chocolat Milka  
Cœur de sauce chocolat

4 x 72 g (17,19€/kg)  
la boîte **4,95€**



# Lot Enfants

□ 8244

**Ijsbomb** 12 x 56 g

**Mini cônes Smarties** 8 x 39 g

**Fruit-tella** 6 x 40 g

le lot **13,95€** 15,50€



□ 8259

**Ijsbomb**

pomme / orange / grenadine

12 x 56 g (8,18€/kg)

la boîte **5,50€**



> Pour les enfants

□ 8143

**Bâtonnets Oasis Tropical**

100% colorants et arômes naturels,

recette 100% sorbet

10 x 40 g (9,88€/kg)

la boîte **3,95€**



□ 8065

**Mini cônes**

**Smarties**

Vanille, bonbons

8 x 39 g (17,63€/kg)

la boîte **5,50€**



□ 8255

**Smarties Pop up**

Glace vanille avec bonbons

de chocolat au lait dragéifiés

5 x 52 g (21,15€/kg)

la boîte **5,50€**



□ 8267

**Mini bâtonnets x 8**

Glace Vanille et enrobage de chocolat  
«façon Chocolat Belge»

8 x 36 g (15,65€/kg)

la boîte **4,50€**



□ 8251

**Fruit-tella**

avec de vraies fraises

6 x 40 g (18,75€/kg)

la boîte **4,50€**



□ 8263

**Petits pots x 12**

6 vanille fraise et 6 vanille chocolat.

100% arômes et colorants naturels

12 x 28,5 g (13,16€/kg)

la boîte **4,50€**



## > Glaces au Soja

*Un minimum de cholestérol  
pour un maximum de goût*

□ 8343

**Cornet soja  
brésilienne**

6 x 69,5 g (18,94€/kg)

la boîte **7,90€**



## > Les glaces allégées

□ 8209

**Bâtonnets vanille  
allégés**

6 x 73,5 g (14,74€/kg)

la boîte **6,50€**



□ 8210

**Croquante  
vanille/noisette  
allégés**

6 x 67,5 g (20,25€/kg)

la boîte **8,20€**



**Bacs 1l**

550 g (12,64€/kg)

le bac **6,95€**

□ 7100 **vanille**

□ 7101 **café**



## > Les barres glacées



### ☐ 8275 Barres Mars

Crème glacée vanille, caramel, enrobage chocolat au lait  
**24 x 41,8 g** (17,84€/kg)

### ☐ 8276 Barres Bounty

Crème glacée noix de coco, enrobage chocolat au lait  
**24 x 39,1 g** (19,08€/kg)

### ☐ 8280 Barres Twix

Crème glacée vanille, caramel, biscuit, enrobage chocolat au lait  
**24 x 40 g** (18,65€/kg)

### ☐ 8285 Barres Snickers

Crème glacée vanille (45,5%), caramel et arachides (10,5%), enrobage chocolat au lait  
**24 x 48 g** (15,54€/kg)

la boîte **19,90€**

## > Les coupes glacées



### ☐ 8315 Coupe Dame Blanche

Crème glacée vanille avec sauce au chocolat

### ☐ 8325 Coupe Café liégeois

Café, sauce au café

**14 x 101 g** (11,67€/kg)

### ☐ 8320 Coupe Brésilienne

Praliné sauce caramel et brésiliennes

**14 x 107 g** (12,28€/kg)

la boîte **16,50€**



# Les Crèmes Glacées Bio

le bac 1 litre **12,00€**

# // LES BACS



□ 7600  
**Bac vanille bio**  
700 g (17,14€/kg)



□ 7601  
**Bac caramel beurre salé bio**  
710 g (16,90€/kg)



□ 7603  
**Bac chocolat salé bio**  
820 g (14,63€/kg)



□ 7604  
**Bac créole bio**  
810 g (14,81€/kg)



## Les Crèmes Glacées

le bac 1 litre 550 g (13,45€/kg) **7,40€**



## Sorbets "plein fruit"

le bac 1 litre 650 g (11,38€/kg) **7,40€**

□ 7012  
**Vanille bourbon**



□ 7027  
**Chocolat noir**



□ 7022  
**Caramel au beurre salé**



□ 7011  
**Fraise**



□ 7020  
**Pomme verte**



□ 7013  
**Citron**



□ 7200  
**Menthe pailléé chocolat**



□ 7021  
**Café**



□ 7206  
**Violette**



□ 7019  
**Passion**



□ 7015  
**Cassis**



□ 7202  
**Pêche de vigne**



□ 7010  
**Chocolat**



□ 7014  
**Pistache**



□ 7018  
**Stracciatella**



□ 7017  
**Framboise**



□ 7211  
**Mûre sauvage**



□ 7003  
**Cerise**



□ 7016  
**Rhûm / Raisin**



□ 7023  
**Crème brûlée**



□ 7024  
**Noisette**



□ 7025  
**Mandarine**



□ 7028  
**Melon**



□ 7004  
**Poire**



## // LES POTS MADENN le pot au choix **3,15€**

## 5 POTS ACHETÉS + 1 OFFERT AU CHOIX

□ 7310  
**Vanille gourmande**

Crème glacée vanille, sauce caramel au beurre salé et noisettes caramélisées  
**95 g (33,15€/kg)**



□ 7312  
**Crousti Caramel**  
Crème glacée caramel au beurre salé, sauce caramel au beurre salé et éclats de caramel croustillants  
**95 g (33,15€/kg)**



□ 7313  
**Touchoko**  
Crème glacée chocolat, sauce chocolat noir et paillettes de chocolat  
**95 g (33,15€/kg)**

□ 7314  
**Fraizh**  
Sorbet fraise, sauce framboise et pépites de fruits à la framboise  
**110 g (28,63€/kg)**



□ 7315  
**Deux citrons**  
Sorbet aux citrons vert et jaune, sauce fruits exotiques et éclats de meringue et zestes de citron vert  
**110 g (28,63€/kg)**

□ 7311  
**Expresso**  
Crème glacée café, sauce chocolat noir et grains de café en chocolat  
**95 g (33,15€/kg)**



## // LES SPÉCIALITÉS INDIVIDUELLES



□ 8330  
**Oranges givrées**  
Sorbet orange dans son écorce naturelle  
4 x 67,5 g (36,85€/kg)

la boîte **9,95€**



□ 8335  
**Citrons givrés**  
Sorbet citron dans son écorce naturelle  
4 x 67,5 g (36,85€/kg)

la boîte **9,95€**



□ 8331  
**Noix de coco givrées**  
Glace noix de coco avec de la noix de coco râpée dans sa coque naturelle  
4 x 82,5 g (30,15€/kg)

la boîte **9,95€**



□ 8310  
**Sam's**  
Vanille, meringue, enrobage au praliné  
4 x 67,5 g (27,78€/kg)

la boîte **7,50€**

## // LES BÛCHES

□ 8470  
**Bûche Chocolat Cao et Chocolat lait**

6/8 parts  
480 g (35,21€/kg)

la boîte **16,90€**



□ 8471  
**Bûche Vanille Caramel**

Délice vanille, caramel salé Guérande, Tresse chantilly, macaron carmel, cubes caramel - 6/8 parts  
480 g (35,21€/kg)

la boîte

**16,90€**



□ 8473  
**Bûche Coco Passion**

6/8 parts  
480 g (35,21€/kg)

la boîte **16,90€**



□ 8407  
**Vacherin long vanille / framboise**  
Crème glacée vanille, cœur de meringue et de sorbet framboise, décor glace vanille et sauce de fruits rouges.  
15 parts

1000 g (14,50€/kg)

la boîte **14,50€**



□ 8431  
**Omelette norvégienne**

Glace à la vanille, génoise punchée au rhum, décor et enrobage de meringue flambée à l'italienne - 15 parts

972 g (14,92€/kg)

la boîte **14,50€**



□ 8430  
**Nougat glacé**  
12/15 parts

880 g (16,48€/kg)

la boîte **14,50€**



**Grandissimo**

□ 8416 **vanille / chocolat** 900 g (9,89€/kg)

□ 8415 **vanille / fraise** 914 g (9,74€/kg)

10/12 parts

la boîte **8,90€**

## Desserts glacés Artisanaux



□ 8446  
**Chocolat, caramel au beurre salé Madenn**  
6 parts

400 g (27,50€/kg)

la boîte **11,00€**



□ 8447  
**Vanille / fruits exotiques Madenn**  
6 parts

430 g (25,58€/kg)

la boîte **11,00€**



□ 8448  
**Vanille/Framboise**  
6 parts

400 g (27,50€/kg)

la boîte **11,00€**

## // DIVERS

### □ 9134 Assortiment de 2 terrines

Oie à la provençale, canard au poivre vert  
2 x 180 g (31,94€/kg)

le lot **11,50€**

### □ 9226 Pâtés bretons

Campagne à la fleur de sel, Andouille de Guéméné & Pommeau, Pomme & Chouchen  
3 x 130 g (39,74€/kg)



le lot **15,50€**



### □ 9141 Lot de 3 verrines de foie gras de canard

Verrine de foie gras de canard entier, Alliance de foie gras de canard aux figues, Alliance de foie gras de canard aux pommes

3 x 50 g (106,00€/kg)

le lot **15,90€**



**Offre Limitée**

### □ 9136 Terrine de foie gras de canard cuit entier Français

180 g (110,56€/kg)

le bloc **19,90€**



□ 9008 Huile d'olive vierge pressée à froid 1L  
la bouteille **11,00€**

# L'ÉPICERIE

## // LES CAFÉS ET ACCOMPAGNEMENTS

□ 9055 **Café pur Moka Espresso d'Éthiopie**  
100% Arabica Pur origine

□ 9072 **Café décaféiné Sonatine**  
100% Arabica sans solvant

□ 9073 **Café du Brésil Anda Rica**  
100% Arabica

2 x 250 g (21,90€/kg) le lot au choix **10,95€**



□ 9100 **Napolitains**  
Idéal pour accompagner le café  
20 pièces de 4,5 g  
90 g (55,00€/kg)

le sachet **4,95€**



## Café savina Torrifé à FONTCROIX



□ 9050 **Café saveur des îles**  
Léger et équilibré  
2 x 250 g (23,00€/kg)

le lot **11,50€**



□ 9070 **Café le merveilleux**  
Fin et parfumé  
2 x 250 g (31,00€/kg)

le lot **15,50€**



□ 9051 **Café bio**  
100% Arabica  
origine Mexique  
2 x 250 g (29,00€/kg)

le lot **14,50€**



□ 9095 **Truffles avec éclats de caramel boîte métal**  
500 g (22,00€/kg)

la boîte **11,00€**

□ 9093 **Truffles natures boîte métal**  
500 g (19,80€/kg)

la boîte **9,90€**

# LES BOISSONS



□ 9043  
**Jus d'orange des Amériques (bocal)**  
Sans colorant, ni conservateur  
Riche en vitamine C  
**6 x 1 litre** (3,32€/L)  
**le pack 19,90€**



□ 9020  
**Cidre brut**  
100% pur jus  
Production artisanale  
**6 x 75 cl** (5,76€/L)  
**le carton 25,90€**



□ 9033  
**Jus de pomme**  
100% pur jus  
**6 x 1 litre** (4,08€/L)  
**le carton 24,50€**

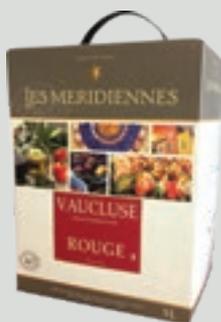


□ 9007  
**Cidre**  
100% pur jus  
**12 x 25 cl** (6,83€/L)  
**le carton 20,50€**

□ 9011  
**Eau de source**  
**6 x 1,5 litre** (0,36€/L)  
**le pack 3,20€**



## > Les vins rouges



□ 9303  
**Vaucluse rouge**  
**5 litres** (4,56€/L)  
**le cubi 22,80€**



□ 9311  
**Domaine Mas de la tour rouge**  
IGP Côteaux d'Enserune Année 2021  
**6 x 75 cl** (6,46€/L)  
**le carton 33,90€**

□ 9310  
**75 cl** (7,73€/L)  
**la bouteille 5,80€**

**+ 1 bouteille OFFERTE**



**Domaine Saint Martin Bio**  
vin rouge du Languedoc mis en bouteille au domaine, Année 2021

□ 9301  
**6 x 75 cl** (11,87€/L) **le carton 53,40€**

□ 9300  
**75 cl** (11,87€/L) **la bouteille 8,90€**



□ 9027  
**Bordeaux rouge «Château Haut-Nivelle»**  
Millésime 2019, Cuvée tradition, Bordeaux supérieur, Artisan vigneron, Mis en bouteille au château

**+ 1 bouteille OFFERTE**

**6 x 75 cl** (8,64€/L) **le carton 38,90€**

□ 9026  
**75 cl** (8,93€/L) **la bouteille 6,70€**



## > Les vins rosés



□ 9302  
**Vaucluse rosé**  
**5 litres** (4,70€/L)  
**le cubi 23,50€**



□ 9315  
**Domaine Mas de la tour rosé**  
IGP Côteaux d'Enserune Année 2020  
**6 x 75 cl** (7,98€/L)  
**le carton 35,90€**

□ 9314  
**75 cl** (8,27€/L)  
**la bouteille 6,20€**

**+ 1 bouteille OFFERTE**



□ 9030  
**Bordeaux rosé «Château Haut-Nivelle»**  
Millésime 2021, Mis en bouteille au château. Artisan vigneron

**6 x 75 cl** (9,20€/L) **le carton 41,40€**

□ 9029  
**75 cl** (9,20€/L) **la bouteille 6,90€**

**+ 1 bouteille OFFERTE**

## > Les vins blancs



□ 9037  
**Côte de Duras cépage sauvignon**  
Mis en bouteille à la propriété, Année 2020  
**6 x 75 cl** (8,42€/L)  
**le carton 37,90€**

□ 9036  
**75 cl** (8,67€/L)  
**la bouteille 6,50€**



□ 9321  
**Chardonnay Domaine Aubaret 2021**  
**6 x 75 cl** (10,20€/L)  
**le carton 45,90€**

□ 9320  
**75 cl** (10,53€/L)  
**la bouteille 7,90€**

□ 9019  
**Champagne brut**  
**75 cl** (34,00€/L)  
**la bouteille 25,50€**

□ 9014  
**Méthode Traditionnelle**  
**75 cl** (18,00€/L)  
**la bouteille 13,50€**

## > Le champagne

