

# Bulletin de commande

Nom	Prénom	Numéro de tél
-----	--------	---------------

## Les Fruits et Légumes Bio

			quantité
ail sec	FR	10,50 € / kg	
avocats	ESP	7,40 € / kg	
carottes non lavées	FR	2,50 € / kg	
Champignons de Paris bruns	FR	9,80 € / kg	
chou fleur moyen	FR	2,00 € / p	
chou rouge moyen	FR	2,80 € / p	
chou de Bruxelles	FR	10,30 € / kg	
épinards	FR	4,80 € / kg	
endiveS	FR	7,90 € / kg	
navets boule d'or	FR	2,80 € / kg	
oignons sec	FR	2,50 € / kg	
oignons frais cebette botte	FR	2,70 € / p	
patate douce	FR	4,90 € / kg	
poireau	FR	2,70 € / kg	
pomme de terre Charlotte ( chair ferme)	FR	1,70 € / kg	
radis blue meat	FR	3,90 € / kg	
bananes des Canaries	ESP	3,90 € / kg	
citrons	ITA	2,90 € / kg	
oranges	ITA	2,70 € / kg	
pomme Story	FR	3,10 € / kg	
pomme patte de loup	FR	4,00 € / kg	

## fruits secs et fruits à coque bio vrac – quantité au choix

pruneaux d'Agén	FR	15,00 € / kg	
figues sèches	TQ	14,00 € / kg	
abricots secs	TQ	11,00 € / kg	
tomates séchées	TQ	13,00 € / kg	
raisins secs	TQ	6,00 € / kg	
noix en coque	FR	7,00 € / kg	
amandes effilées	ESP – Bioterra	24,40 € / kg	
amandes en coque	ESP	4,90 € / kg	
bouquet séché thym – laurier	FR	3,20 € / p	
chanterelles sauvages séchées pot 20g	FR	5,50 € / p	

## sous vide

Betteraves cuites bio – env 500g	FR	1,90 €	p
marrons cuits bio – 200 g	FR	3,00 €	p
mais cuits bio – par 2	FR	2,80 €	p

## Les huiles

Huile d'olive bio – 75 cl	Espagne	6,80 €	p
---------------------------	---------	--------	---

## Farine

Farine T110 bio 1kg	Biograneta 31	3,00 €	p
Farine T80 bio 1kg	Petit grain bio 31	3,00 €	p

## Légumineuses

Pois chiches bio 1kg	Biograneta 31	5,70 €	p
Pois cassés bio 500 g	Petit grain bio 31	4,00 €	p
lentilles vertes 1 kg	Petit grain bio 31	5,00 €	p
lentilles roses 500g	Biograneta 31	4,00 €	p

## Hygiène, entretien

pur savon de Marseille 400G	Le Sérail – Marseille	4,50 €	p
savon au lait d'ânesse – ceven aromes		5,60 €	p
liquide vaisselle écologique 500ml	« safe »	2,50 €	p

## le Vrac quantité au choix - reconditionné en sachet kraft

Pâtes bio au blé poulard	l'odyssée d'engrain 65	6,50 € / kg	
farine de sarrasin bio	petit grain bio 31	4,80 € / kg	

## Viande

Poulet entier ( env 1,8 kg)	ferme de Mourlon 31	8,90 € /kg	
Saucisse de porc fraîche (500g)	ferme de Mourlon 31	9,70 € /kg	
jambon blanc ( sans nitrite) 2 tranches( épaisses)	ferme de Mourlon 31	19,50 € /kg	

## Crèmerie

fromage blanc 500g	Téchené – Valentine	3,90 € /p	
yaourt vache	Téchené – Valentine	0,75 € /p	
Lait cru 1 litre	Téchené – Valentine	1,35 € /p	
fromage frais de chèvre	ferme des Hounts (31)	3,60 € /p	
bleu des Pyrénées	ferme de sayous ( 65 )	22,00 € /kg	

## La Charcuterie

boudin pot 200g	ferme de Mourlon 31	4,00 € /p	
Paté cèpes 200 g	Gourmet Baroussais – 65	3,00 € /p	
galantine de poulet 200g	ferme de Mourlon 31	4,90 € /p	
6 Œufs bio sud ouest –	Gers ou Haute Gar.	2,80 € /p	

## les Produits de la ruche -

Miel acacia : 500 g	Génos 31	9,50 € /p	
Miel Bruyère : 500g	Génos 31	8,50 € /p	

## les plats préparés

Garbure 750 g -	Gourmet Baroussais – 65	9,50 € /p	
Pêteram 750 g	Gourmet Baroussais – 65	9,50 € /p	
2 cailles impériales farcies au foie de canard 550 g	Gourmet Baroussais – 65 Gourmet	12,90 € /p	

## épicerie salée

piment d'Espelette AOP 40G	La maison du piment - 64	6,40 €	p
crème de piment 90 g		4,80 €	p
bouillon de légumes cubes bio	primeal	2,20 €	p
sel fin nature et progrès 1 kg	Atlantique	2,05 €	p

## Café – thé

café Colombie 250 g moulu	Le Commingeois	4,50 €	p
café Moka 250 g moulu	Le Commingeois	4,50 €	p
café Costa Rica 250 g moulu	Le Commingeois	4,50 €	p
décaféiné 250g moulu	Le Commingeois	4,50 €	p
café Colombie 250 g grains	Le Commingeois	4,50 €	p

## Chocolat , biscuits

Noir 50 % 100g	Dardenne	2,90 €	p
Noir 71 % 100 g	Dardenne	3,20 €	p
Palets bretons 200g	Biscuiterie Macarel	3,90 €	p
Cookies 200g	Biscuiterie Macarel	3,90 €	p
biscuit choco fleur de sel	Biscuiterie Macarel	3,90 €	p

## Boissons

blanche 33cl	brasserie du Vénasque	2,70 €	p
blonde BIO 33cl	brasserie du Vénasque	2,90 €	p
blonde 33cl	brasserie du Vénasque	2,70 €	p
brune, 33cl	brasserie du Vénasque	2,70 €	p
ambrée 33cl	brasserie du Vénasque	2,70 €	p
bière d'hiver	brasserie du Vénasque	2,70 €	p
jus de pommes bio	81	3,80 €	p