



**TREMLIN**  
ENSEMBLE AGISSONS CONTRE L'EXCLUSION

# Vos repas livrés à domicile

Nous assurons la livraison de repas à domicile, à destination des résidents du territoire de la Communauté de Communes Rive de l'Ain Pays de Cerdon.

Le transport en liaison froide et la livraison à domicile sont assurés par les équipes de La Poste.

Nous vous proposons :

- des menus du jour, équilibrés et adaptés
- validés par une diététicienne,
- une cuisine faite maison
- des produits de qualité, BIO, locaux...
- pour vos repas du lundi au dimanche,
- une prestation à la carte, sans engagement de durée,
- avec une livraison les lundis, mercredis et vendredis.

## **FORMULE STANDARD REPAS COMPLET**

Entrée  
Plat chaud  
Laitage  
Dessert  
Pain

### **Pour nous contacter**

TREMLIN  
Conciergerie solidaire  
06 60 86 67 28

[conciergerie@tremplin01.org](mailto:conciergerie@tremplin01.org)





## Comment procéder ?

1

Les menus vous sont transmis à l'avance sous format papier lors de la livraison.

2

Parmi nos propositions, vous choisissez les composantes de repas que vous souhaitez déguster en les cochant sur le menu transmis :  
3 entrées au choix (dont une soupe), 1 poisson ou une viande, 1 féculent ou 1 légume, 1 fromage ou 1 laitage, 1 dessert maison ou 1 fruit, pain.

3

Vous transmettez à l'équipe de livraison, le document rempli pour les semaines suivantes, en respectant le délai indiqué.

4

Les livreurs formés et à votre écoute vous livrent à domicile, vos repas quotidiens, 3 jours dans la semaine. Tout est mis en œuvre pour votre sécurité ; ils vous connaissent et peuvent alerter vos référents en cas d'absence injustifiée.

5

Il ne nous reste plus qu'à vous souhaiter un BON APPÉTIT !

*La gastronomie est l'art  
d'utiliser la nourriture pour  
créer le bonheur.*

**Théodore Zeldin**

