



Tout public



# LES TABLES *d'hôtes*

Thèmes et menus  
des prochaines  
dates au dos



**Venez vivre un moment de partage autour d'un bon repas !**

Un collectif de bénévoles se réunit un **VENDREDI SUR 2** pour cuisiner des plats faits maison, préparés à partir de produits locaux, frais et de saison.

Ce repas est l'occasion de se rassembler dans une ambiance conviviale et chaleureuse, où échanges et bonne humeur sont au rendez-vous.

Ouvert à tous, sur inscription

Bénévoles, étudiants et enfants de moins de 12 ans : 2 €/repas

Tout public : de 4 € à 7 €/repas



La fabrique du LIEN SOCIAL Christiane Faure

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h45 à 18h30

41 rue Thiers - 17000 La Rochelle / 05 46 41 06 73

accueil@christianefaure.fr / [www.christianefaure.fr](http://www.christianefaure.fr)



# MENUS

## du trimestre

Repas de 12h à 15h

*Repas  
avec animation.*

Venez nous rejoindre  
pour régaler vos  
papilles !

### REPAS EPAGNOL

#### LE VENDREDI 28 MARS

- Paëlla à la dinde, crevettes et chorizo
- Gâteau espagnol aux amandes

### REPAS COMME À LA MAISON

#### LE VENDREDI 11 AVRIL

- Carottes râpées, pommes et raisins secs
- Poulet au miel avec son riz et ses épinards
- Tarte au citron

### REPAS VENDÉEN

#### LE VENDREDI 25 AVRIL

- Salade de choux rouges, noix et fromage
- Jambon accompagné de ses mojettes
- Flan pâtissier

### REPAS VÉGÉTARIEN

#### LE VENDREDI 9 MAI

- Houmous de pois chiches et tacos
- Lasagne de légumes de saison
- Mousse au chocolat à l'aquafaba (jus de pois chiches), accompagnée de petits sablés

### REPAS ENSOLEILLÉ

#### LE VENDREDI 23 MAI

- Duo de radis râpés
- Blanquette de poisson et son riz
- Tarte aux fruits de saison

### REPAS ESTIVAL

#### LE VENDREDI 6 JUIN

- Taboulé
- Emincés de poulet, courgettes et thym
- Gâteau aux fruits de saison