



Le petit déjeuner

POUR BIEN DÉMARRER LA JOURNÉE



L'Édito

Bien se réveiller,
pour une journée
en pleine forme.

Quel que soit l'âge que
l'on a ou la vie que
l'on mène, le petit
déjeuner est sans

conteste le repas le plus important
de la journée. A ne sauter sous
aucun prétexte!
Après une nuit de sommeil,
le corps a besoin de se réhydrater et
se recharger en énergie,
afin d'éviter les coups de pompe
et les envies de grignotage dans la
matinée. Le petit déjeuner doit donc
apporter un maximum d'éléments
nutritifs à vos convives, avec un
accent sur l'énergie,
la diversité et l'équilibre. Et comme
tous les bons repas, n'oublions pas
que le petit déjeuner doit rester
avant tout **un moment
de convivialité et de plaisir.**



Bon comme le pain

Le pain, sous ses différentes formes, offre une excellente base à un petit déjeuner. Son apport en glucides simples et complexes contribue à renforcer la concentration et la vigilance, jusqu'au repas de midi.

Ultra Frais, Frais ou surgelé ?

Vous avez l'embarras du choix pour proposer un délicieux pain frais chaque matin à vos convives.

- 349056 **Mini croissant** • 150x30g • PASTRIDOR • Par carton
- 340056 **Croissant courbé PAC** • 48x70g • PASTRIDOR • Par carton
- 340057 **Pain au chocolat PAC** • 48x75g • PASTRIDOR • Par carton
- 337401 **Omelette nature** • 40x135g • KAREA • Par carton
- 340208 **Mini pain précuit assort.** • 100x30g • PASTRIDOR • Par carton
- 349391 **Pistolet jumbo** • 60x90g • BANQUET D'OR • Par carton
- 8058 **Demi baguette blanche 26cm** • 50x135g • PASTRIDOR • Par carton
- 340043 **Baguette multicéré.** 57cm • 25x300g • PASTRIDOR • Par carton
- 340161 **Pain céréales précuit 17cm** • 80x80g • PASTRIDOR • Par carton

Petit déjeuner, ça s'apprend

Sauter ce repas, c'est risquer de ne pas récupérer plus tard dans la journée les éléments qu'il aurait fournis. Il suffit d'en prendre l'habitude et de combiner un menu à partir de trois des quatre principaux groupes que sont les produits céréaliers, les légumes et les fruits, les produits laitiers, les viandes et les oeufs.

- 100557 **Fruity fraise/cerise/abricot 0%** • 4x6x120g • MONDELICE • Par carton
- 110031 **Filet de saumon fumé prétranché à la machine** • 1kg • SODIAL • Par pièce
- 522 **Oeufs entiers liquides** • 1L • COCO VITE • Le carton de 10 pièces
- 102001 **Gouda jeune prétranché** • 50x20g • SMART CHOICE • Le carton de 6 barquettes
- 1884 **Brie Roîtelet** • 60x30g • ROITELET • Par carton
- 406 **Jambon DD prétranché 15x10cm** • 25x20g • IMPERIAL • Le carton de 6 paquets
- 433 **Salami sans ail prétranché** • 50x10g • IMPERIAL • Par carton de 6 paquets
- 837 **Lardons fumés sous-atmosphère** • 1kg • DEKEYSER • Par pièce
- 100918 **Beurre cup** • 100x10g • ROCHEFORT • Par carton

Passez au buffet

Le petit déjeuner doit apporter 20 à 30 % des réserves d'énergie de la journée. Avec des fibres, des protéines, des féculents, des vitamines et des minéraux.

La solution ?

Proposer un maximum de diversité dans un buffet qui a des airs de vacances. Vos clients peuvent faire leur choix et composer un repas sain et savoureux.

- 2279 **Assortiment de confitures Gourmet** 100x25g • SERV-A-PORT. • Par carton
- 520017 **Café Comfort moulu** • 6x1kg DOUWE EGBERT • Par carton
- 560000 **Céréales Corn Flakes** • 8x375g • KELLOGGS
- 521184 **Thé Earl grey** • 1x40p • LIPTON • Par carton
- 242300 **Jus d'orange frais** • 1L • MON VERGER • Par pièce
- 157466 **Oranges** • 15 Kg • 72-88p • Par caisse
- 157002 **Bananes** • Par kilo
- 614898 **Goblet en carton 180cc** • 20x95 p • Par carton

Le traditionnel



On ne change pas...

La tartine à la confiture trempée dans le café reste un grand classique indémodable.

Pour atteindre l'équilibre, il suffit d'y ajouter un jus de fruit et un produit laitier. Comme quoi, la tradition a du bon.



- 4637 Pain grillé Villageois • 16x300g (300g = 28tr) • LU • Par carton
- 562120 Confiture aux fraises • 12x330g • EFFI • Par carton
- 520017 Café Comfort moulu • 6x1kg • DOUWE EGBERT • Par carton
- 1949 Coupelle de lait • 240x10g • PROMELIOR • Par carton
- 242300 Jus d'orange frais • 1L • MON VERGER • Par bouteille

Le diététique



Léger et complet

Se passer du petit déjeuner peut provoquer de la somnolence dans la matinée ou une réaction d'hyper consommation à midi.

Heureusement pour ceux qui doivent surveiller leur alimentation, il est possible de bien manger le matin sans tomber dans l'excès.



- 280012 Tranches de pain gris par 2 tranches CAKE & CO • Par paquet
- 280008 Tranches de pain blanc par 2 tranches CAKE & CO • Par paquet
- 7200 Assortiment confiture diététique • 100x20g MENZ&GASSER • Par carton
- 100122 Minarine "tartiner léger" • 200x15g • ROMI • Par carton
- 100557 Fruity fraise/cerise/abricot 0% • 4x6x120g • MONDELICE • Par carton
- 1190 Thé Yellow Label • 100 sachets • LIPTON • Le carton de 12 boîtes

Le "sur le pouce"

Un succès croissant

Les viennoiseries remportent de plus en plus de suffrages. Rien de plus normal : tout juste sorties du four, elles sont irrésistibles. Mais vous pouvez aussi proposer des céréales : avec du sucre et du lait, elles offrent le meilleur rapport rapidité/satiété.

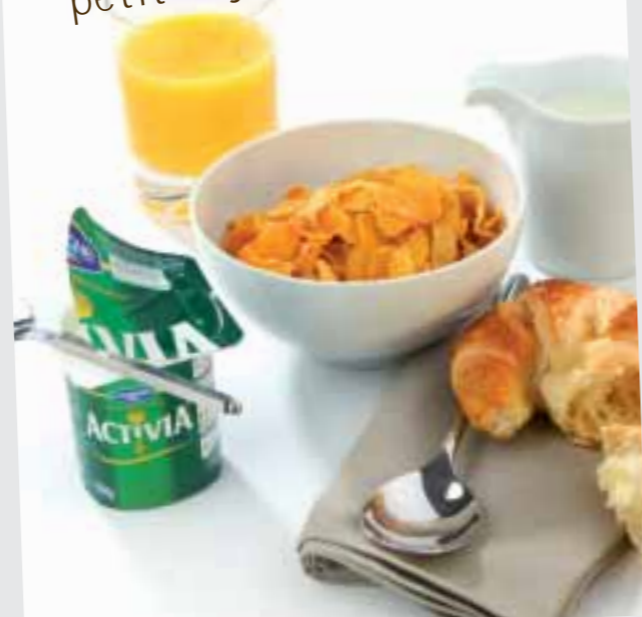


- 1974 Lait demi écrémé UHT • 12x1L • BEST OF • Par carton
- 5476 Jus d'orange en carton • 12x1L • VARESA • Par carton
- 560000 Céréales Corn Flakes • 8x375g • KELLOGGS • Par carton
- 281030 Croissant* • ±75g • CAKE & CO • Par pièce
- 1767 Yaourt Activia nature • 24x125g • DANONE • Par carton

* Emballé individuellement

● Surgelé ● Ultra-Frais ● Frais ● Épicerie ● Boissons ● Non-Food

“Mieux vaut un petit déjeuner rapide que pas de petit déjeuner du tout.”



Le spécial aînés

Facile à manger

Il s'agit du meilleur moment pour prendre du calcium, avec des produits laitiers. Mais aussi pour se réhydrater avec un jus de fruit ou un thé, après une période d'au moins 12 heures sans prise de liquide.



Pour les personnes âgées aussi, le petit déjeuner est essentiel.

- 2279 Assortiment de confitures Gourmet • 100x25g SERV-A-PORT. • Par carton
- 100918 Beurre cup • 100x10g • ROCHEFORT • Par carton
- 565 Kiri • 80x20g • VACHE QUI RIT • Le carton de 6 boîtes
- 349419 Tartine blanche ss croute • 3x40p • PASTRIDOR • Par carton
- 157002 Bananes • Par kilo



Le préféré des enfants



A bonne école

Pour les enfants et les adolescents, un bon petit déjeuner favorise la mémorisation et l'apprentissage. Raison de plus pour les aider à prendre de bonnes habitudes et à ne pas bouder ce repas.



Comment résister à la douceur d'un délicieux bol de cacao?

ÇA DONNE ENVIE

Les plus jeunes ont souvent tendance à 'zapper' le petit déjeuner. Il n'existe pas de formule miracle, mais l'odeur des viennoiseries suffit parfois à ouvrir l'appétit et à donner envie.



- 1525 Cacao en poudre • 1,5kg • DOUWE EGBERT • Le carton de 10 pièces
- 1532 Choco aux noisettes • 100x25g • KWATTA • Par carton
- 281032 Pain au chocolat • ±75g • CAKE & CO • Par pièce
- 549231 Pâte à tartiner au speculoos • 100x20g • LOTUS • Par carton
- 280000 Pain blanc coupé • 800g • CAKE & CO • Par pièce

* Emballé individuellement



L'énergisant

À fond la forme

Pour les actifs et les sportifs, le petit déjeuner est un must absolu. Fruits frais ou secs, fromage blanc avec ou sans muesli, ... voilà de quoi être en pleine forme jusqu'à midi.

VITAMINEZ VOS MATINÉES

Eau, sucres complexes, fibres et vitamines: c'est fou l'énergie que l'on trouve dans les fruits. Mais aussi dans les jus de fruits frais. En plus, ils se prêtent à de nombreuses préparations et présentations.

A vous de les imaginer !



- 100321 Fromage blanc 20% • 24x100g • NOVA • Par carton
- 242107 Salade de fruits Classic (5 fruits) • 3L • FRUTIFRESH • Par seau
- 157324 Kiwis gros cal 27 • CS/44p • Par caisse
- 242300 Jus d'orange frais • 1L • MON VERGER • Par bouteille
- 157466 Oranges moyennes • caisse de 15kg (72-88p) • Par caisse

À la rencontre des clients Deli XL



"Proposer de la Variété, tous les jours."

Avec son équipe, Corinne Ferraille prépare 500 petits déjeuners chaque jour. Elle est chef depuis 19 ans au sein de L'Esperanderie, un institut médico-pédagogique pour personnes handicapées qui héberge des pensionnaires de tous les âges, à partir de 4 ans.

Comment faites-vous pour servir vos 500 convives?

Les pensionnaires présentent des états très différents, et nous travaillons presque au cas par cas, en collaboration étroite avec une diététicienne, nous sommes sous contrôle d'un médecin nutritionniste. La direction accorde la priorité au bien-être des pensionnaires, ce qui passe par une alimentation saine et équilibrée. En cuisine, nous préparons les repas pour les sections, qui comptent environ 16 pensionnaires chacune. Et ce sont les éducateurs qui prennent le relais pour organiser les repas.

Comment faites-vous pour stimuler l'appétit des convives le matin?

Nous diversifions les petits déjeuners au fil de la semaine. Nous alternons du pain de seigle, de campagne, de soja et d'épeautre, réalisés dans notre boulangerie intégrée. Les tartines sont accompagnées d'un bol de chicorée ou de lait, de confiture, de miel, de chocolat à tartiner et d'un jus d'orange frais. Et une fois par semaine, nous ajoutons des céréales au lait chaud, un fromage ou du cacao au menu du matin.

Vous arrive-t-il d'introduire des nouveautés?

Le jus d'orange et les fruits frais sont essentiels pour l'apport hydrique et les vitamines. Avant, les éducateurs pressaient les oranges et épluchaient les fruits dans les sections, avec parfois plus de 50 oranges à presser le matin. Nous sommes passés au jus d'orange et aux fruits en ultra frais (Frutifresh) ce qui est une vraie facilité.

Les petits déjeuners apprennent-ils aussi quelque chose de spécial?

Nous cherchons toujours à agrémenter le quotidien avec des petites surprises. Les anniversaires font l'objet de fêtes dans chaque section, une fois par mois, avec du gâteau fait maison pour tout le monde. Mais le jour de l'anniversaire d'un pensionnaire, toute la section reçoit des viennoiseries pour le petit déjeuner.

"Je fais la différence avec des produits frais"



Chaque matin, Thomas Holtzer (25 ans) se tient prêt à servir aux hôtes du NH Hôtel Belfort de Gand un savoureux petit déjeuner. Le jeune chef et son équipe recherchent toujours un bel équilibre entre la fraîcheur et un buffet copieux. Les jours d'affluence aussi, lorsque 350 hôtes se pressent dans la magnifique salle du petit déjeuner, cette équipe enthousiaste continue à garantir un petit déjeuner frais de qualité.

A quoi peut s'attendre un hôte qui vient prendre son petit déjeuner chez vous ?

A un très large assortiment ! Nous servons des tomates chaudes, des lardons, des saucisses, différentes sortes de fromages, de la charcuterie, beaucoup de fruits frais et huit (!) types de pains. Lorsque les clients souhaitent quelque chose que le buffet ne propose pas, comme un œuf poché, un petit déjeuner sans gluten, nous le leur préparons immédiatement.

Le petit déjeuner est le repas le plus important. Comment mettez-vous ce principe en pratique ?

J'essaie autant que possible de servir un petit déjeuner sain, frais et équilibré. Voilà pourquoi la collaboration avec Deli XL est tellement pratique. Ils passent trois

fois par semaine : j'indique ce dont j'ai besoin et le lendemain, ils livrent les produits les plus frais à la porte de ma cuisine. Ainsi, je peux toujours servir des fruits et des pains frais, et je ne suis pas obligé de jeter quoi que ce soit. Le bénéfice est double, sans compter l'atout saveur des produits frais.

Comment notez-vous votre cuisine industrielle de cette touche personnalisée ?

La chaîne hôtelière NH a élaboré des directives spécifiques pour le petit déjeuner, et je m'y tiens. Mais je fais des essais, comme par exemple varier les types de pains. J'estime que les fibres sont très importantes et je propose un maximum de variétés de pain. Une manière très pratique de varier le pain du petit déjeuner est de prêter attention aux promotions de mes fournisseurs locaux et de Deli XL. Enfin, je veille à ce que la partie chaude du petit déjeuner soit aussi neutre que possible en terme de saveur : elle doit plaire à tout le monde, et je n'utilise donc pas trop de sel, de poivre ou d'épices spéciales. Mais lorsqu'un hôte me demande de préparer quelque chose de particulier, je le fais pour lui... et toujours frais !

Rendez-vous dès maintenant sur MyDeliXL et découvrez des offres internet exclusives.



HORECA

phone. 071. 919 712
fax. 071. 919 720

GROUPE 2

phone. 071. 919 725
fax. 071. 344 337

GROUPE 3

phone. 071. 919 726
fax. 071. 344 337

GROUPE 4

phone. 071. 919 727
fax. 071. 344 337



Offres valables jusqu'à épuisement du stock sauf erreurs ou omissions - Editeur responsable: Th.LEGAT - Thuin
Prix en EUR hors TVA - TVA Belgique 6% - 21% / Lux 3% - 15%