



Faites vos courses à LUNAC

--- en résumé ---

Le **jeudi**, c'est le **PAIN** déposé devant le local à 16h30.
Pensez à commander la veille avant 18h.

Le **vendredi**, de 16h30 à 17h30, c'est :

- les **plants** de légumes, **légumes**, **miel** et **châtaigne** à commander la veille avant 18h.
- les **cosmétiques** à commander la veille avant 20h.
- le **fromage** à commander la veille avant 17h.
- le **poulet** à commander le vendredi précédent.
- le **chevreau** en dépôt sur place.
- les colis de **boeuf**, **veau** et **agneau** à commander et à retirer quand ils sont disponibles.
- les **pâtes fraîches** à commander la veille avant 12h.
- la **bière** à acheter sur place

Et ... **Une fois par mois**, le vendredi qui suit le 1er mardi du mois, c'est les colis de **veau** et **porc**.

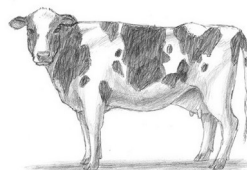
C'est à dire, pour 2021, les vendredis :

8 janvier	7 mai	10 septembre
5 février	4 juin	8 octobre
5 mars	9 juillet	5 novembre
9 avril	6 août	10 décembre

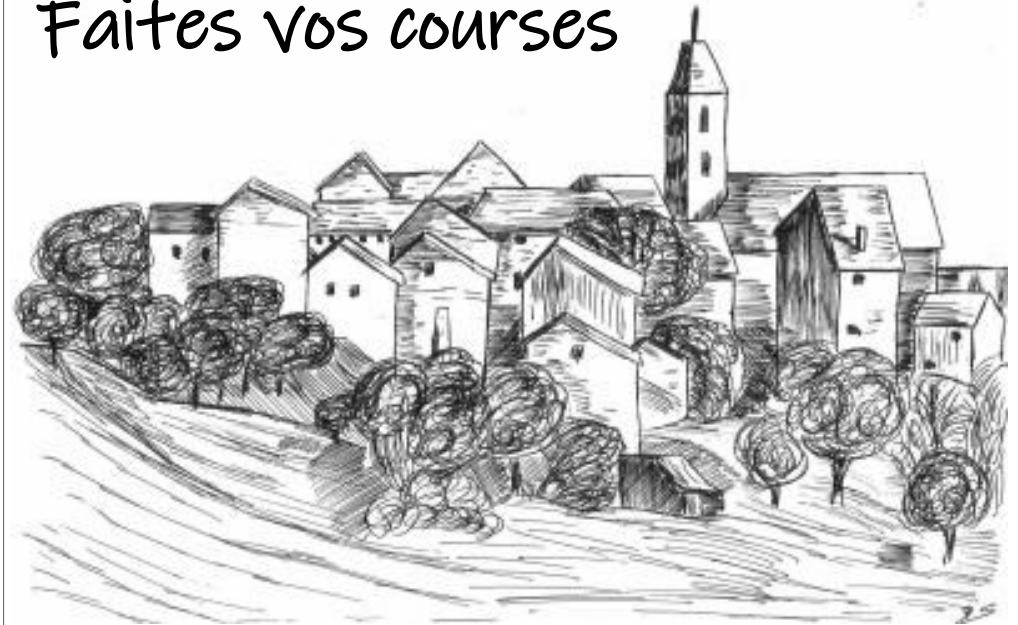
BONNE ANNÉE 2021

et

BON APPETIT !



Faites vos courses



À l'ancien bureau
de la Poste

Venez découvrir
les produits de
qualité de nos
voisins
producteurs et
productrices.



LE PRINCIPE :

Vous trouverez dans ce document une liste non exhaustive de produits que proposent les producteurs/productrices. C'est auprès d'eux que se font directement les demandes d'information et commandes.

Les livraisons se font à l'ancien bureau de la Poste :

- le **jeudi** pour le **pain**,
- Un accueil est prévu le **vendredi** de **16h30 à 17h30** pour les **légumes, fromages et autres produits**.
- le **vendredi** qui suit le 1er mardi du mois de **16h30 à 17h30** pour les colis de **viandes**.

La liste des produits va évoluer au fil du temps. Nous afficherons pendant ce temps d'accueil les nouveaux produits disponibles.



Des aménagements seront prévus pour que vous puissiez récupérer vos commandes en toute sécurité sanitaire

Merci de préparer un règlement au nom de chaque producteur/productrice pour la réception de vos commandes.

Vous êtes un(e) producteur/productrice, intéressé(e) par la démarche mais vous n'avez pas été contacté(e) ?
N'hésitez pas à venir vers nous !

La diversité des produits continue :

SAVONS

Cosmétiques naturels, savons, crèmes,
gels douche et lait corps
Fabrication artisanale

Commande le jeudi avant 20h

Les ânesses du Jaoul, Lescure-Jaoul Domitille Déléris
06 13 08 26 16 / lesanessesdujaoul@gmail.com

PÂTES

Pâtes tagliatelles fraîches
Fabrication artisanale



Commande le jeudi avant 12h

Des Nouilles Encore, Lescure-Jaoul Renaud Bois
06 61 86 11 66 / desnouillesencore.12@gmail.com

BIÈRE

Bières blanche, blonde, ambré, triple

En dépôt au local

Ferme de la Rousse, La Fouillade
Lucas Marty : 06 29 32 05 40



LES VIANDES :

CHÈVREAU

Paté de chevreau,
Plats cuisinés (Chevreau sauce oseille, chèvre sauce vin...)
Saucisse, Merguez, Saucisse sèche et Chorizo

Commande par SMS ou Fixe

Ferme du Rausas, Lunac

Anthony Lorioux : 06 23 13 83 68 / 05 65 65 73 71

BOEUF, VEAU
et AGNEAU

Colis de viande de 5 ou 10kg

Date de livraison selon les disponibilités.

Le Rubeau et La Loubière, Lunac

Camille Fabre et Jean-Baptiste Carrié

06 82 02 86 83 / aveyronnaturegout@gmail.com

POULET

Poulet fermier prêt à cuire ou vivant
Confiture et tomata

Commande le vendredi une semaine avant réception

EARL Pradines, Lhom, Lunac

Pauline : 06 75 42 75 56

VEAU et PORC

Viande fraîche de porc et de veau sous vide
Charcuterie et conserves
Au détail ou en colis

Commande une semaine avant

Le Goret Rouergat, La Fouillade Dominique DALET

06 03 06 93 62 / dominique.dalet@wanadoo.fr

PAIN au levain et FARINE

Pain semi-complet (500g, 750g, 1kg),
Multi-graine, Petit épeautre, Seigle
Farine de Blé, Farine de Seigle



Commande par SMS ou tel avant le mercredi 18h

Ferme de Segonds, St-Salvadou (conversion Bio)

Tatiana et Sascha : 06 64 85 89 60

LÉGUMES et PLANTS POTAGERS, CHÂTAIGNE et MIEL



Plants de légumes (salades, tomates, courgettes, poireaux,...)
Panier de légumes avec choix des légumes
Confiture de Châtaigne, Miel et Jus de pomme

Commande par email, SMS ou tel avant le jeudi 18h

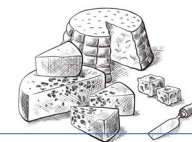
La Ferme du Puech Deltour, Tizac (AB et Nature&Progrès)

Eugène et Robin : 07 81 66 31 17

lafermedupuechdeltour@riseup.net



FROMAGES



Le Gafet : Pâte molle croute fleurie (150g)

La Meule de la Serène : Pâte pressée mi-cuite (à la coupe)

Commande par SMS ou mail avant jeudi 17h

La Pradarie, Les Mazières, Lunac (AB)

Flora, Régis et Sylvain :

06 48 22 70 96 / pradarie@protonmail.com