



Au P'tit Marché Degréen
Pain . Epicerie . Fruits . Légumes
Produits frais . Locaux et régionaux . Viande

BON DE COMMANDE POISSON FRAIS

Denis Giffard 50320 La Haye Pesnel

NOM :

TEL :

POUR LIVRAISON JEUDI 5 FEVRIER 2026

PRODUIT	PRIX KG	QUANTITE
FILET DE TRUITE ROSE	25€95	
FILET LIEU NOIR	22€80	
FILET DE QUEUE D'EGLEFIN	26€20	
FILET DE LINGUE BLEU	25€35	
FILET DE MERLU	28€70	
POISSON A LA COUPE	PRIX KG	
PAVE DE SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	31€25	
COLIN BLANC	23€65	
SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	28€65	
AILE DE RAIÉ	18€50	
LIEU NOIR	16€25	
LONGE DE THON	31€60	
PETIT POISSON	PRIX KG	
CREVETTES ROSES	18€95	
TRUITE ROSE VIDEÉ	18€95	
CREVETTES GRISE	43€25	
BULOT CUIT	19€00	
FILET DE HARENG SOUS VIDE 200 GR	5€10	

STEAK DE THON A LA PROVENCALE	21€80	
POISSONNETTE DE COLIN PANE	14€75	
FILET DE MERLAN PANE	26€40	
BOUFFIT	13€25	
KIPPERS	15€95	
COQUILLE ST JACQUES	5€20	
LANGOUSTINE FRAICHE	24€05	
SARDINE	12€15	
HUITRE N°0	5€95	
HUITRE N°3	10€75	
PLIE	16€90	
BULOT VIVANT	7€25	



Au P'tit Marché Degréen
Pain . Epicerie . Fruits . Légumes
Produits frais . Locaux et régionaux . Viande

BON DE COMMANDE POISSON FRAIS

Denis Giffard 50320 La Haye Pesnel

NOM :

TEL :

POUR LIVRAISON JEUDI 5 FEVRIER 2026

PRODUIT	PRIX KG	QUANTITE
FILET DE TRUITE ROSE	25€95	
FILET LIEU NOIR	22€80	
FILET DE QUEUE D'EGLEFIN	26€20	
FILET DE LINGUE BLEU	25€35	
FILET DE MERLU	28€70	
POISSON A LA COUPE	PRIX KG	
PAVE DE SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	31€25	
COLIN BLANC	23€65	
SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	28€65	
AILE DE RAIÉ	18€50	
LIEU NOIR	16€25	
LONGE DE THON	31€60	
PETIT POISSON	PRIX KG	
CREVETTES ROSES	18€95	
TRUITE ROSE VIDEÉ	18€95	
CREVETTES GRISE	43€25	
BULOT CUIT	19€00	
FILET DE HARENG SOUS VIDE 200 GR	5€10	

STEAK DE THON A LA PROVENCALE	21€80	
POISSONNETTE DE COLIN PANE	14€75	
FILET DE MERLAN PANE	26€40	
BOUFFIT	13€25	
KIPPERS	15€95	
COQUILLE ST JACQUES	5€20	
LANGOUSTINE FRAICHE	24€05	
SARDINE	12€15	
HUITRE N°0	5€95	
HUITRE N°3	10€75	
PLIE	16€90	
BULOT VIVANT	7€25	



Au P'tit Marché Degréen
Pain . Epicerie . Fruits . Légumes
Produits frais . Locaux et régionaux . Viande

BON DE COMMANDE POISSON FRAIS

Denis Giffard 50320 La Haye Pesnel

NOM :

TEL :

POUR LIVRAISON JEUDI 5 FEVRIER 2026

PRODUIT	PRIX KG	QUANTITE
FILET DE TRUITE ROSE	25€95	
FILET LIEU NOIR	22€80	
FILET DE QUEUE D'EGLEFIN	26€20	
FILET DE LINGUE BLEU	25€35	
FILET DE MERLU	28€70	
POISSON A LA COUPE	PRIX KG	
PAVE DE SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	31€25	
COLIN BLANC	23€65	
SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	28€65	
AILE DE RAIÉ	18€50	
LIEU NOIR	16€25	
LONGE DE THON	31€60	
PETIT POISSON	PRIX KG	
CREVETTES ROSES	18€95	
TRUITE ROSE VIDEÉ	18€95	
CREVETTES GRISE	43€25	
BULOT CUIT	19€00	
FILET DE HARENG SOUS VIDE 200 GR	5€10	

STEAK DE THON A LA PROVENCALE	21€80	
POISSONNETTE DE COLIN PANE	14€75	
FILET DE MERLAN PANE	26€40	
BOUFFIT	13€25	
KIPPERS	15€95	
COQUILLE ST JACQUES	5€20	
LANGOUSTINE FRAICHE	24€05	
SARDINE	12€15	
HUITRE N°0	5€95	
HUITRE N°3	10€75	
PLIE	16€90	
BULOT VIVANT	7€25	



Au P'tit Marché Degréen
Pain . Epicerie . Fruits . Légumes
Produits frais . Locaux et régionaux . Viande

BON DE COMMANDE POISSON FRAIS

Denis Giffard 50320 La Haye Pesnel

NOM :

TEL :

POUR LIVRAISON JEUDI 5 FEVRIER 2026

PRODUIT	PRIX KG	QUANTITE
FILET DE TRUITE ROSE	25€95	
FILET LIEU NOIR	22€80	
FILET DE QUEUE D'EGLEFIN	26€20	
FILET DE LINGUE BLEU	25€35	
FILET DE MERLU	28€70	
POISSON A LA COUPE	PRIX KG	
PAVE DE SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	31€25	
COLIN BLANC	23€65	
SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	28€65	
AILE DE RAIÉ	18€50	
LIEU NOIR	16€25	
LONGE DE THON	31€60	
PETIT POISSON	PRIX KG	
CREVETTES ROSES	18€95	
TRUITE ROSE VIDEÉ	18€95	
CREVETTES GRISE	43€25	
BULOT CUIT	19€00	
FILET DE HARENG SOUS VIDE 200 GR	5€10	

STEAK DE THON A LA PROVENCALE	21€80	
POISSONNETTE DE COLIN PANE	14€75	
FILET DE MERLAN PANE	26€40	
BOUFFIT	13€25	
KIPPERS	15€95	
COQUILLE ST JACQUES	5€20	
LANGOUSTINE FRAICHE	24€05	
SARDINE	12€15	
HUITRE N°0	5€95	
HUITRE N°3	10€75	
PLIE	16€90	
BULOT VIVANT	7€25	



Au P'tit Marché Degréen
Pain . Epicerie . Fruits . Légumes
Produits frais . Locaux et régionaux . Viande

BON DE COMMANDE POISSON FRAIS

Denis Giffard 50320 La Haye Pesnel

NOM :

TEL :

POUR LIVRAISON JEUDI 5 FEVRIER 2026

PRODUIT	PRIX KG	QUANTITE
FILET DE TRUITE ROSE	25€95	
FILET LIEU NOIR	22€80	
FILET DE QUEUE D'EGLEFIN	26€20	
FILET DE LINGUE BLEU	25€35	
FILET DE MERLU	28€70	
POISSON A LA COUPE	PRIX KG	
PAVE DE SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	31€25	
COLIN BLANC	23€65	
SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	28€65	
AILE DE RAIÉ	18€50	
LIEU NOIR	16€25	
LONGE DE THON	31€60	
PETIT POISSON	PRIX KG	
CREVETTES ROSES	18€95	
TRUITE ROSE VIDEÉ	18€95	
CREVETTES GRISE	43€25	
BULOT CUIT	19€00	
FILET DE HARENG SOUS VIDE 200 GR	5€10	

STEAK DE THON A LA PROVENCALE	21€80	
POISSONNETTE DE COLIN PANE	14€75	
FILET DE MERLAN PANE	26€40	
BOUFFIT	13€25	
KIPPERS	15€95	
COQUILLE ST JACQUES	5€20	
LANGOUSTINE FRAICHE	24€05	
SARDINE	12€15	
HUITRE N°0	5€95	
HUITRE N°3	10€75	
PLIE	16€90	
BULOT VIVANT	7€25	



Au P'tit Marché Degréen
Pain . Epicerie . Fruits . Légumes
Produits frais . Locaux et régionaux . Viande

BON DE COMMANDE POISSON FRAIS

Denis Giffard 50320 La Haye Pesnel

NOM :

TEL :

POUR LIVRAISON JEUDI 5 FEVRIER 2026

PRODUIT	PRIX KG	QUANTITE
FILET DE TRUITE ROSE	25€95	
FILET LIEU NOIR	22€80	
FILET DE QUEUE D'EGLEFIN	26€20	
FILET DE LINGUE BLEU	25€35	
FILET DE MERLU	28€70	
POISSON A LA COUPE	PRIX KG	
PAVE DE SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	31€25	
COLIN BLANC	23€65	
SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	28€65	
AILE DE RAIÉ	18€50	
LIEU NOIR	16€25	
LONGE DE THON	31€60	
PETIT POISSON	PRIX KG	
CREVETTES ROSES	18€95	
TRUITE ROSE VIDEÉ	18€95	
CREVETTES GRISE	43€25	
BULOT CUIT	19€00	
FILET DE HARENG SOUS VIDE 200 GR	5€10	

STEAK DE THON A LA PROVENCALE	21€80	
POISSONNETTE DE COLIN PANE	14€75	
FILET DE MERLAN PANE	26€40	
BOUFFIT	13€25	
KIPPERS	15€95	
COQUILLE ST JACQUES	5€20	
LANGOUSTINE FRAICHE	24€05	
SARDINE	12€15	
HUITRE N°0	5€95	
HUITRE N°3	10€75	
PLIE	16€90	
BULOT VIVANT	7€25	



Au P'tit Marché Degréen
Pain . Epicerie . Fruits . Légumes
Produits frais . Locaux et régionaux . Viande

BON DE COMMANDE POISSON FRAIS

Denis Giffard 50320 La Haye Pesnel

NOM :

TEL :

POUR LIVRAISON JEUDI 5 FEVRIER 2026

PRODUIT	PRIX KG	QUANTITE
FILET DE TRUITE ROSE	25€95	
FILET LIEU NOIR	22€80	
FILET DE QUEUE D'EGLEFIN	26€20	
FILET DE LINGUE BLEU	25€35	
FILET DE MERLU	28€70	
POISSON A LA COUPE	PRIX KG	
PAVE DE SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	31€25	
COLIN BLANC	23€65	
SAUMON ECOSSAIS LABEL ROUGE	28€65	
AILE DE RAIÉ	18€50	
LIEU NOIR	16€25	
LONGE DE THON	31€60	
PETIT POISSON	PRIX KG	
CREVETTES ROSES	18€95	
TRUITE ROSE VIDEÉ	18€95	
CREVETTES GRISE	43€25	
BULOT CUIT	19€00	
FILET DE HARENG SOUS VIDE 200 GR	5€10	

STEAK DE THON A LA PROVENCALE	21€80	
POISSONNETTE DE COLIN PANE	14€75	
FILET DE MERLAN PANE	26€40	
BOUFFIT	13€25	
KIPPERS	15€95	
COQUILLE ST JACQUES	5€20	
LANGOUSTINE FRAICHE	24€05	
SARDINE	12€15	
HUITRE N°0	5€95	
HUITRE N°3	10€75	
PLIE	16€90	
BULOT VIVANT	7€25	