



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°21 : 23 MAI 2022 AU 29 MAI 2022

CLIENT

### Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Equilibré par la diététicienne

Pour toutes questions

**02.51.05.38.20**

A RETOURNER A VOTRE  
LIVREUR AVANT LE

**Vendredi 06 mai**

*Chou-fleur à la grecque :  
Chou-fleur, tomate, oignons  
Salade des incas : riz, maïs,  
carottes  
Salade bicolore : carottes,  
radis râpés  
Salade pastourelle : pâte,  
tomate, poivron  
Céleri à la parisienne : Céleri,  
béchamel, jambon  
Salade parmentière de  
poisson : pomme de terre,  
poisson, petits légumes,  
mayonnaise  
Bœuf façon Baecoffe: P. de  
terre en lamelles, oignons,  
bœuf égréné  
Matelote de poisson : colin,  
vin blanc, fruits de mer,  
champignons  
Sce Vallée d'Auge : crème,  
cidre, pomme, oignons  
Sce orientale : tomate,  
poivrons, cumin, épices  
Polenta : farine de maïs*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Macédoine légumes mayo	Chou-fleur à la grecque	Salade bicolore
	Taboulé	Salade des incas	Pomme de terre sauce tartare
	Potage poireaux p. de terre	Potage courgettes	Potage de céleri
	Pâté de campagne	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Pâté de campagne
	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Jambon braisé sc madère	Poêlée de légumes aux lardons	Lasagnes bolognaise
	Colombo de poulet		
	Omelette	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Escalope de poulet au jus	Boudin noir	Colin sauce citron
	Steak haché veau jus	Matelote de poisson	Oeufs durs béchamel
		Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>	Jambon blanc	Jambon blanc
	Pâtes papillons	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
	Epinards		
	Mitonnée de légumes	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Haricots verts	Purée pomme de terre	Haricots beurre
	Pomme de terre vapeur	Carottes braisées	Chou-fleur et romanesco
	Purée pomme de terre	Haricots verts	Pâtes
		Pâtes	Pomme de terre vapeur
	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Fraidou		
	Saint Paulin	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Yaourt nature	Yaourt nature	Brie
	Fromage blanc	Tomme blanche	Yaourt nature
	Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc
		Camembert	
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Entremets chocolat ssu	Kiwi	Purée pomme cassis
	Bouillie froment ssu	Tapioca au lait ssu	Semoule au lait café ssu
	Purée pommes	Purée de fruits	Pomme du Verger
	Kiwi	Pomme	Poire
	Orange	Poire	Orange
	Pomme	Orange	Kiwi
	Poire		
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
	Pain campagne tranché	Pain au seigle tranché	Pain campagne tranché
	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché
	Boule blanche tranchée	Pain épeautre tranché	Boule blanche tranchée

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Céleri vinaigrette	Betteraves échalotes	Salade pastourelle	Tomate basilic
Potage de légumes	Pâté de campagne	Carottes cuites au cumin	Potage crécy
Oeufs durs	Velouté de lentilles corail	Potage de légumes	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites
		Oeufs durs	
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Pâté de campagne	<b>Plats complets</b>
Poulet sauce Vallée d'Auge	Merlu sauce crustacés		Boeuf Baeckoffe
Sauté boeuf printannier	Palette de porc à l'estragon	<b>Plats complets</b>	
Crêpe au jambon fromage	Boulette agneau orientale	Salade parmentière de poisson mayonnaise	<b>Plats</b>
Jambon blanc	Jambon blanc		Haché veau sauce poivre vert
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus		Croque monsieur
	Steak haché veau jus	<b>Plats</b>	Escalope de poulet au jus
<b>Garnitures</b>		Emincé dinde paprika	Jambon blanc
Petits pois	<b>Garnitures</b>	Chipolatas grillées	
Polenta crémeuse	Julienne de légumes	Escalope de poulet au jus	<b>Garnitures</b>
Courgettes au curcuma	Riz créole	Jambon blanc	Purée d'haricots verts
Haricots verts	Purée pomme de terre	Steak haché veau jus	Salade verte
Pâtes	Pomme de terre vapeur		Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes	<b>Garnitures</b>	Pâtes
Purée pomme de terre	Haricots verts	Navets	Haricots verts
		Lentilles	
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Haricots verts	<b>Laitages</b>
Gouda	Cotentin	Pâtes	Petit fromage aux noix
Fromage frais ail fines herbes	Emmental	Pomme de terre vapeur	Carré fromager
Yaourt nature	Camembert	Purée pomme de terre	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc		Yaourt nature
Camembert	Yaourt nature	<b>Laitages</b>	
		Yaourt nature	<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Fondu président	Moelleux aux pommes ssu
Clafoutis à la rhubarbe ssu	Semoule au lait ssu	Fromage blanc	Fromage blanc nature
Poire	Kiwi	Camembert	Pomme du Verger
Purée de fruits	Purée de fruits		Purée de fruits
Floraline au lait fleur oranger ssu	Pomme	<b>Desserts</b>	Kiwi
Kiwi	Poire	Purée pomme fraise	Orange
Orange	Orange	Orange	Poire
Pomme	Bouillie de froment café ssu	Tapioca au lait ssu	Riz au lait ssu
		Pomme	
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Poire	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Kiwi	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette		1/2 baguette
Baguette	Baguette	<b>Suppléments</b>	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Petit pain	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	1/2 baguette	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Baguette	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché	
		Pain complet tranché	
		Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	