



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°24 : 13 JUN 2022 AU 19 JUN 2022

CLIENT

### Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré par la diététicienne

Pour toutes questions

**02.51.05.38.20**

A RETOURNER A VOTRE  
LIVREUR AVANT LE

**Vendredi 27 mai**

Salade colorée : chou rouge,  
carottes râpées, radis  
Semoule fantaisie : semoule,  
tomate, maïs

Blettes à la parisienne :  
blettes, jambon, béchamel  
Sauce suprême : crème et  
champignons

Sce aurore : crème, tomate,  
oignons

Polenta : farine de maïs

Sauce à la milanaise :  
tomate, champignons,  
lardons

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade colorée	Betteraves à la menthe	Tomate vinaigrette
	Salade de perles citron coriandre	Velouté aux asperges	Haricots verts V
	Potage poireaux p. de terre	Oeufs durs	Potage courgettes
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
	Betteraves cuites		Pâté de campagne
	Oeufs durs	<b>Plats complets</b>	1/2 Pomelos
	Pâté de campagne	Potée au jambonneau légumes de printemps	Betteraves cuites
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
	Cassiolette poisson légumes	Sauté boeuf aux oignons	Risotto de volaille
	<b>Plats</b>	Oeufs brouillés	<b>Plats</b>
	Emincé dinde crème poivrons	Escalope de poulet au jus	Paupiette veau aux oignons
	Cake aux légumes	Jambon blanc	Rôti porc aux herbes
	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	Jambon blanc
	Jambon blanc	Polenta crémeuse	Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>	Pâtes papillon à la milanaise	<b>Garnitures</b>
	Riz créole	Haricots verts	Carottes au beurre
	Courgettes à la provençal	Pomme de terre vapeur	Lentilles à la provençale
	Haricots verts	Purée pomme de terre	Haricots verts
	Pâtes	<b>Laitages</b>	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Gouda	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Cotentin	Purée pomme de terre
	<b>Laitages</b>	Camembert	<b>Laitages</b>
	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage frais ail fines herbes
	Tomme blanche	Yaourt nature	Brie
	Fromage blanc	<b>Desserts</b>	Fromage blanc
	Camembert	Entremets vanille ssu	Yaourt nature
	<b>Desserts</b>	Pomme du Verger	<b>Desserts</b>
	Purée pomme fraise	Purée de fruits	Moelleux sans sucre
	Pêche	Floraline au lait fleur oranger ssu	Nectarine
	Bouillie froment ssu	Kiwi	Purée de fruits
	Kiwi	Nectarine	Tapioca au lait ssu
	Nectarine	Pêche	Pomme
	Poire	Poire	Poire
	Pomme	<b>Suppléments</b>	Pêche
	<b>Suppléments</b>	Petit pain	Kiwi
	Petit pain	1/2 baguette	<b>Suppléments</b>
	1/2 baguette	Baguette	Petit pain
	Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché
	Pain épeautre tranché	Pain au seigle tranché	Pain céréales tranché
	Boule blanche tranchée		Pain complet tranché
			Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Macédoine légumes mayo	Salade pomme de terre échalotes	Céleri rémoulade	Betteraves à l'orange
Semoule fantaisie	Concombre vinaigrette	Potage de légumes	Potage de céleri
Potage de légumes	Potage à l'oseille	Oeufs durs	Oeufs durs
Pâté de campagne	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
1/2 Pomelos	Pâté de campagne		<b>Plats complets</b>
Betteraves cuites	Oeufs durs		Courgettes aux boeuf
		<b>Plats</b>	Gratin de poisson aux épinards
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	Poulet rôti sc suprême	
Raviolis boeuf sauce tomate	Filet colin sauce aurore	Oeufs durs sauce aurore	
Blettes à la parisienne	Boulettes agneau au jus	Pomme de terre farcie	<b>Plats</b>
	Pizza au fromage	Jambon blanc	Sauté porc paprika
<b>Plats</b>	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Sauté dinde aigre douce	Jambon blanc		Jambon blanc
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus
Jambon blanc		Poêlée légumes	
Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	Penne rigate (pâtes)	<b>Garnitures</b>
	Ratatouille	Salade verte	Purée pomme de terre
<b>Garnitures</b>	Purée pois cassés	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Navets	Fenouil à la tomate	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
Pâtes	Pâtes	<b>Laitages</b>	
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Fondou président	<b>Laitages</b>
Purée pomme de terre		Emmental	Petit fromage aux noix
	<b>Laitages</b>	Camembert	Yaourt nature
<b>Laitages</b>	Camembert	Fromage blanc	Camembert
Yaourt nature	Fromage frais sel Guérande	Yaourt nature	Fromage blanc
Fraidou	Fromage blanc		
Fromage blanc	Yaourt nature	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Camembert		Tapioca lait café ssu	Far nature ssu
	<b>Desserts</b>	Fromage blanc coulis de cassis	Floraline lait vanille ssu
<b>Desserts</b>	Oeufs au lait ssu	Kiwi	Purée pomme cannelle
Pomme du Verger	Abricots	Purée de fruits	Kiwi
Crème pâtissière vanille ssu	Purée de fruits	Pomme	Nectarine
Purée pomme badiane	Riz au lait ssu	Poire	Pêche
Kiwi	Pomme	Pêche	Poire
Nectarine	Poire	Nectarine	Pomme
Poire	Pêche	Bouillie froment ssu	
Pêche	Nectarine		<b>Suppléments</b>
Semoule au lait ssu	Kiwi		Petit pain
		<b>Suppléments</b>	1/2 baguette
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Petit pain	Baguette
Petit pain	Petit pain	1/2 baguette	Baguette tradition
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette	Pain campagne tranché
Baguette	Baguette	Baguette tradition	Pain céréales tranché
Baguette tradition	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché		
	Boule blanche tranchée		