



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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 sse                 | Betteraves à la menthe sse        | Tomate vinaigrette sse          |
|  | Potage poireaux pomme de terre sse | Velouté d'asperges sse            | Potage courgettes sse           |
|  | Salade de perles citron coriandre  | Oeufs durs                        | Oeufs durs                      |
|  | 1/2 Pomelos                        | 1/2 Pomelos                       | 1/2 Pomelos                     |
|  | Betteraves cuites                  |                                   | Betteraves cuites               |
|  | Oeufs durs                         |                                   |                                 |
|  | <b>Plats</b>                       | <b>Plats</b>                      | <b>Plats complets</b>           |
|  | Emincé dinde crème poivrons sse    | Sauté boeuf oignons sse           | Risotto de volaille sse         |
|  | Cake aux légumes sse               | Oeufs brouillés sse               |                                 |
|  | Escalope de poulet au jus          | Escalope de poulet au jus         | <b>Plats</b>                    |
|  | Steak haché veau jus               | Steak haché veau jus              | Escalope de porc aux herbes sse |
|  |                                    |                                   |                                 |
|  | <b>Garnitures</b>                  | <b>Garnitures</b>                 | <b>Garnitures</b>               |
|  | Riz créole sse                     | Légumes de printemps sse          | Carottes au beurre sse          |
|  | Courgettes à la provençal sse      | Pâtes papillon à la milanaise sse | Haricots verts                  |
|  | Haricots verts                     | Haricots verts                    | Pâtes                           |
|  | Pâtes                              | Pomme de terre vapeur             | Pomme de terre vapeur           |
|  | Pomme de terre vapeur              |                                   |                                 |
|  | <b>Laitages</b>                    | <b>Laitages</b>                   | <b>Laitages</b>                 |
|  | Yaourt nature                      | Cotentin                          | Fromage frais nature            |
|  | Yaourt aromatisé                   | Fromage blanc                     | Fromage blanc                   |
|  | Fromage blanc                      | Yaourt nature                     | Yaourt nature                   |
|  |                                    | Yaourt aromatisé                  | Yaourt aromatisé                |
|  | <b>Desserts</b>                    | <b>Desserts</b>                   | <b>Desserts</b>                 |
|  | Purée pomme fraise                 | Entremets praliné                 | Flan nappé caramel              |
|  | Pêche                              | Mousse au chocolat                | Nectarine                       |
|  | Liégeois café                      | Pomme du Verger                   | Tapioca au lait                 |
|  | Chou à la crème                    | Floraline lait fleur d'oranger    | Tartelette pommes               |
|  | Bouillie de froment                | Chou à la crème                   | Purée de fruits                 |
|  | Tartelette pommes                  | Purée de fruits                   | Chou à la crème                 |
|  |                                    | Tartelette pommes                 |                                 |
|  | <b>Suppléments</b>                 | <b>Suppléments</b>                | <b>Suppléments</b>              |
|  | Petit pain                         | Petit pain                        | Petit pain                      |
|  | Petit sucre poudre                 | Petit sucre poudre                | Petit sucre poudre              |
|  | 1/2 baguette                       | 1/2 baguette                      | 1/2 baguette                    |
|  | Baguette                           | Baguette                          | Baguette                        |
|  | Baguette tradition                 | Baguette tradition                | Baguette tradition              |
|  | Pain campagne tranché              | Pain campagne tranché             | Boule blanche tranchée          |
|  | Pain céréales tranché              | Pain céréales tranché             | Pain campagne tranché           |
|  | Pain complet tranché               | Pain complet tranché              | Pain céréales tranché           |
|  | Pain épeautre tranché              | Pain épeautre tranché             | Pain complet tranché            |
|  | Boule blanche tranchée             | Pain au seigle tranché            | Pain épeautre tranché           |

| JEUDI                       | VENDREDI                            | SAMEDI                         | DIMANCHE                           |
|-----------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|
| <b>Entrées</b>              | <b>Entrées</b>                      | <b>Entrées</b>                 | <b>Entrées</b>                     |
| Macédoine légumes sse       | Salade pomme de terre échalotes sse | Céleri rémoulade sse           | Betteraves à l'orange sse          |
| Potage de légumes sse       | Potage à l'oseille sse              | Potage de légumes sse          | Potage de céleri sse               |
| Semoule fantaisie           | 1/2 Pomelos                         | Oeufs durs                     | Oeufs durs                         |
| Oeufs durs                  | Betteraves cuites                   | 1/2 Pomelos                    | 1/2 Pomelos                        |
| 1/2 Pomelos                 | Oeufs durs                          | Betteraves cuites              |                                    |
| Betteraves cuites           |                                     |                                | <b>Plats complets</b>              |
|                             | <b>Plats</b>                        | <b>Plats</b>                   | Gratin de poisson aux épinards sse |
| <b>Plats complets</b>       | Emincé dinde sauce aurore sse       | Poulet sauce suprême sse       |                                    |
| Blettes à la parisienne sse | Steak haché veau jus sse            | Omelette sse                   | <b>Plats</b>                       |
|                             | Escalope de poulet au jus           | Steak haché veau jus           | Sauté porc paprika sse             |
| <b>Plats</b>                |                                     |                                | Escalope de poulet au jus          |
| Sauté dinde aigre douce sse | <b>Garnitures</b>                   | <b>Garnitures</b>              | Steak haché veau jus               |
| Escalope de poulet au jus   | Ratatouille sse                     | Poêlée de légumes sse          |                                    |
| Steak haché veau jus        | Purée pois cassés sse               | Pâtes penne rigate sse         | <b>Garnitures</b>                  |
|                             | Fenouil à la tomate                 | Salade verte                   | Purée pomme de terre sse           |
| <b>Garnitures</b>           | Haricots verts                      | Pomme de terre vapeur          | Pomme de terre vapeur              |
| Pâtes tortis sse            | Pâtes                               | Haricots verts                 | Pâtes                              |
| Haricots verts              | Pomme de terre vapeur               |                                | Haricots verts                     |
| Pomme de terre vapeur       |                                     | <b>Laitages</b>                | Courgettes braisées sse            |
|                             | <b>Laitages</b>                     | Emmental                       |                                    |
| <b>Laitages</b>             | Fromage frais nature                | Fromage blanc                  | <b>Laitages</b>                    |
| Yaourt aromatisé            | Fromage blanc                       | Yaourt nature                  | Petit fromage aux noix             |
| Yaourt nature               | Yaourt nature                       | Yaourt aromatisé               | Yaourt nature                      |
| Fromage blanc               | Yaourt aromatisé                    |                                | Yaourt aromatisé                   |
|                             | <b>Desserts</b>                     | <b>Desserts</b>                | Fromage blanc                      |
| <b>Desserts</b>             | Oeufs au lait                       | Tapioca au lait café           |                                    |
| Pomme du Verger             | Flan chocolat                       | Kiwi                           | <b>Desserts</b>                    |
| Purée pomme badiane         | Abricots                            | Fromage blanc coulis de cassis | Baba au rhum                       |
| Crème pâtissière à l'ananas | Chou à la crème                     | Bouillie de froment            | Purée pomme cannelle               |
| Chou à la crème             | Purée de fruits                     | Chou à la crème                | Floraline lait vanille             |
| Semoule au lait             | Riz au lait caramel                 | Purée de fruits                | Chou à la crème                    |
| Tartelette pommes           | Tartelette pommes                   | Tartelette pommes              | Tartelette pommes                  |
|                             |                                     |                                |                                    |
| <b>Suppléments</b>          | <b>Suppléments</b>                  | <b>Suppléments</b>             | <b>Suppléments</b>                 |
| Petit pain                  | Petit pain                          | Petit pain                     | Petit pain                         |
| Petit sucre poudre          | Petit sucre poudre                  | Petit sucre poudre             | Petit sucre poudre                 |
| 1/2 baguette                | 1/2 baguette                        | 1/2 baguette                   | 1/2 baguette                       |
| Baguette                    | Baguette                            | Baguette                       | Baguette                           |
| Baguette tradition          | Baguette tradition                  | Baguette tradition             | Baguette tradition                 |
| Pain campagne tranché       | Pain campagne tranché               | Pain campagne tranché          | Pain campagne tranché              |
| Pain céréales tranché       | Pain céréales tranché               | Pain céréales tranché          | Pain céréales tranché              |
| Pain complet tranché        | Pain complet tranché                | Pain complet tranché           | Pain épeautre tranché              |
| Pain de maïs tranché        | Pain de maïs tranché                | Pain de maïs tranché           |                                    |
| Pain épeautre tranché       | Pain épeautre tranché               | Pain épeautre tranché          |                                    |
|                             | Boule blanche tranchée              |                                |                                    |