



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE
Régime : Sans sel
SEMAINE N°25 : 20 JUIN 2022 AU 26 JUIN 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 03 juin

Salade perles italienne :
perles, tomate, olive, basilic
Menu A du Jeudi : Destination
la Provence

Salade des incas : riz, maïs,
carottes

Moussaka : gratin aubergines
grillées, tomate, boeuf

Sauce américaine : crème,
cognac, oignons

Pêlé Mêle provençal :
brunoise aubergine,
courgette, tomate, poivron
Sauce normande : crème,
champignons, oignons

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Carottes râpées ciboulette sse	Macédoine légumes sse	Chou blanc vinaigrette sse
Potage de légumes sse	Potage épinards sse	Velouté de lentilles corail sse
Salade pâtes basilic	1/2 Pomelos	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
Oeufs durs		
Plats	Plats	Plats complets
Blanquette volaille sse	Filet de lieu sauce citron sse	Couscous poulet sse
Omelette sse	Cake aux légumes sse	Duo de poisson fondue de poireaux sse
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
		Plats
Garnitures	Garnitures	Escalope de poulet au jus
Riz créole sse	Haricots beurre persil sse	Steak haché veau jus
Petits pois fermiers sse	Julienne de légumes sse	Steak cru
Haricots verts	Salade verte	
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Garnitures
	Pâtes	Carottes braisées
Laitages	Laitages	Haricots verts
Yaourt nature	Fromage frais nature	Pomme de terre vapeur
Emmental	Yaourt nature	Pâtes
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Laitages
		Emmental
Desserts	Desserts	Fromage blanc
Purée pomme cerises	Bouillie froment café	Yaourt nature
Nectarine	Pomme du Verger	Yaourt aromatisé
Fromage blanc miel	Yaourt aromatisé	
Semoule lait vanille	Tartelette pommes	Desserts
Tartelette pommes	Purée de fruits	Entremets vanille
Chou à la crème	Tapioca au lait	Pêche
	Chou à la crème	Crème dessert chocolat
Suppléments	Suppléments	Riz au lait fleur oranger
Petit pain	Petit pain	Chou à la crème
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Purée de fruits
1/2 baguette	1/2 baguette	Tartelette pommes
Baguette	Baguette	
Baguette tradition	Baguette tradition	Suppléments
Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Petit pain
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Petit sucre poudre
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	1/2 baguette
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Baguette
Pain épeautre tranché		Baguette tradition
		Boule blanche tranchée
		Pain campagne tranché
		Pain céréales tranché
		Pain complet tranché
		Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Tomate vinaigrette sse	Salade incas sse	Concombre vinaigrette sse	Melon
Potage de légumes sse	Potage poireaux pomme de terre sse	Velouté d'asperges sse	Potage de légumes sse
Salade perles italienne	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Oeufs durs			
Plats	Plats complets	Plats	Plats
Daube de boeuf à l'antiboise sse	Brocolis à la volaille sse	Steak haché veau jus sse	Cuisse canette au jus sse
Jambon sse		Clafoutis carottes cumin sse	Merlu sauce armoricaine sse
Steak haché veau jus	Plats	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Steak cru	Filet colin sauce citron sse		Steak cru
	Escalope de poulet au jus	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Steak haché veau jus	Pâtes tortis sse	Purée de carottes sse
Purée pomme de terre sse	Steak cru	Pêlé mêle provençal sse	Riz pilaf sse
Céleri béchamel sse		Navets	Salade verte
Jardinière légumes	Garnitures	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Courgettes braisées sse	Haricots verts	Pâtes
Pâtes	Haricots verts		Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Laitages	Laitages
	Pomme de terre vapeur	Petit fromage aux noix	Cotentin
Laitages	Laitages	Yaourt nature	Yaourt nature
Cotentin	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Desserts	Desserts
Yaourt nature	Desserts	Flan nappé caramel	Fondant pomme myrtille
	Nectarine	Purée pomme cannelle	Abricots
Desserts	Flan chocolat	Mousse au chocolat	Liégeois vanille
Pomme du Verger	Crêpe sucrée	Tapioca au lait	Chou à la crème
Floraline au lait	Bouillie froment chocolat	Tartelette pommes	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème	Semoule lait caramel
Purée de fruits	Purée de fruits	Suppléments	Tartelette pommes
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Petit pain	Suppléments
	Suppléments	Petit sucre poudre	Petit pain
Suppléments	Petit pain	1/2 baguette	Petit sucre poudre
Petit pain	Petit sucre poudre	Baguette	1/2 baguette
Petit sucre poudre	1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette
1/2 baguette	Baguette	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Baguette	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché		
Pain de maïs tranché	Boule blanche tranchée		
Pain épeautre tranché			