



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°28 : 11 JUILLET 2022 AU 17 JUILLET 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 24 juin

Salade bicolore : carottes,
radis râpés

Salade italienne : pâte,
tomate, poivron, olive

Chou-fleur à la grecque :
Chou-fleur, tomate, oignons
Salade Marco Polo : pâtes,
surimi, poivrons, mayonnaise

Rougail de saucisse :
saucisse, sc tomate

Sauce angevine : crème,
oseille, champignons,
oignons

Matelote de poisson : colin,
vin blanc, fruits de mer,
champignons

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

Pêlé Mêle provençal :
brunoise aubergine,
courgette, tomate, poivron

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Carottes cuites vinaigrette	Crêpe au fromage	Melon
	Potage de légumes	Potage crécy	Potage de légumes
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Plats	Plats complets	Plats
	Emincé dinde au jus	Hachis parmentier	Poulet rôti
	Filet colin beurre fondu		Filet lieu sc oseille
	Jambon blanc	Plats	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Oeufs brouillés	Steak haché veau jus
		Escalope de poulet au jus	
	Garnitures	Jambon blanc	Garnitures
	Riz pilaf	Steak haché veau jus	Printanière de légumes
	Julienne de légumes		Pâtes
	Haricots verts	Garnitures	Haricots verts
	Pâtes	Poêlée légumes	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Purée pomme de terre	Pâtes	
		Pomme de terre vapeur	Laitages
	Laitages	Purée pomme de terre	Fraidou
	Fromage frais sel Guérande		Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	Laitages	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Fromage blanc	
		Yaourt aromatisé	Desserts
	Desserts		Entremets vanille
	Purée pommes	Desserts	Crème dessert caramel
	Nectarine	Pomme du Verger	Purée pomme verveine
	Mousse café	Flan chocolat	Riz au lait vanillé
	Semoule au lait	Floraline au lait	Tartelettes pommes
	Tartelettes pommes	Purée de fruits	
		Tartelettes pommes	Suppléments
	Suppléments		Petit pain
	Petit pain	Suppléments	Petit sucre poudre
	Petit sucre poudre	Petit pain	1/2 baguette
	1/2 baguette	Petit sucre poudre	Baguette
	Baguette	1/2 baguette	Baguette tradition
	Baguette tradition	Baguette	Boule blanche tranchée
	Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	Pain campagne tranché	Baguette tradition	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	
		Pain épeautre tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Pomme de terre vinaigrette	Betteraves cuites	Semoule mimolette	Julienne de légumes vinaigrette
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
Oeufs durs		Oeufs durs	
	Plats		Plats
Plats complets	Filet colin sauce citron	Plats	Sauté de boeuf au jus
Blettes à la volaille	Escalope porc à la sauge	Jambon braisé	Filet colin sauce citron
	Escalope de poulet au jus	Sauté dinde à la crème	Escalope de poulet au jus
Plats	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
Rôti de porc sauce basilic	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Omelette		Steak haché veau jus	
Escalope de poulet au jus	Garnitures		Garnitures
Jambon blanc	Purée de carottes	Garnitures	Pâtes tortis
Steak haché veau jus	Semoule	Navets	Pomme de terre et carottes
	Navets persillés	Riz créole	Carottes braisées
Garnitures	Haricots verts	Pâtes	Haricots verts vinaigrette
Courgettes	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Pommes de terre boulangères	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Haricots verts		Purée pomme de terre	
Pâtes	Laitages	Laitages	Laitages
Purée pomme de terre	Cotentin	Gouda	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Fondu président	Yaourt nature
Laitages	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
Mimolette	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	
Yaourt nature	Desserts	Yaourt aromatisé	Desserts
Yaourt aromatisé	Riz au lait		Fondant chocolat courgettes
Fromage blanc	Flan nappé caramel	Desserts	Pomme du Verger
	Pêche	Crème pâtissière rhum	Fromage blanc sucré
Desserts	Tapioca au lait caramel	Liégeois café	Bouillie froment café
Clafoutis aux pêches	Tartelettes pommes	Nectarine	Purée de fruits
Mousse au citron	Purée de fruits	Purée de fruits	Tartelettes pommes
Abricots		Tartelettes pommes	
Bouillie froment chocolat	Suppléments	Floraline lait fleur d'oranger	Suppléments
Tartelettes pommes	Petit pain		Petit pain
Purée de fruits	Petit sucre poudre	Suppléments	Petit sucre poudre
	1/2 baguette	Petit pain	1/2 baguette
Suppléments	Baguette	Petit sucre poudre	Baguette
Petit pain	Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette tradition
Petit sucre poudre	Boule blanche tranchée	Baguette	Pain campagne tranché
1/2 baguette	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain céréales tranché
Baguette	Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché
Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	
Pain céréales tranché		Pain de maïs tranché	
Pain complet tranché		Pain épeautre tranché	
Pain de maïs tranché			
Pain épeautre tranché			