



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

SEMAINE N°29 : 18 JUILLET 2022 AU 24 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 01 juillet

Potage carmen : pomme de terre, poivrons, tomate
Semoule fantaisie : semoule, tomate, maïs

Salade riz niçoise : riz, tomate, olive noire, basilic, oignon

Salade parisienne : pomme de terre, tomate, jambon, cornichon, ciboulette

Salade camarguaise : riz, tomate, poivron, olive, cornichon

Pizza royale : tomate, jambon blanc, fromage

Sauce Mornay : béchamel, jaune d'œuf, fromage

Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Carottes râpées sse	Semoule fantaisie sse	Salade riz niçoise sse
	Potage carmen sse	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves à l'ail
	Oeufs durs	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
	Plats	Plats	Plats complets
	Sauté dinde romarin sse	Emincé boeuf au jus sse	Coquillettes printanière à la volaille sse
	Jambon blanc sse	Cake poisson coriandre citron sse	
	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Plats
	Garnitures	Steak haché veau jus	Omelette sse
	Haricots verts	Garnitures	Steak haché veau jus
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre sse	Escalope de poulet au jus
	Pâtes	Navets	Garnitures
	Riz créole sse	Salade verte	Haricots beurre curcuma sse
	Julienne de légumes sse	Haricots verts	Pâtes
	Laitages	Pâtes	Laitages
	Cotentin	Pomme de terre vapeur	Emmental
	Fromage blanc	Laitages	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
	Desserts	Fromage blanc	Desserts
	Pêche	Desserts	Entremets vanille ssu
	Floraline lait ssu	Purée pomme cerises	Abricots
	Purée de fruits	Fromage blanc nature	Purée de fruits
	Semoule au lait vanille ssu	Riz au lait ssu	Nectarine
	Pomme	Pomme	Pêche
	Nectarine	Pêche	Pomme
	Suppléments	Nectarine	Semoule au lait ssu
	Petit pain	Suppléments	Suppléments
	1/2 baguette	Petit pain	Petit pain
	Baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette tradition	Baguette	Baguette
	Boule blanche tranchée	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 complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Courgettes, poivrons origan sse	Concombre à la crème sse	Melon	Tomate échalotes sse
Potage de légumes sse	Potage courgettes sse	Crème de céleri sse	Potage de légumes sse
Oeufs durs	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats complets
Salade parisienne sse	Salade camarguaise sse	Poulet sauce vallée d'auge sse	Parmentier de poisson sse
Plats	Plats	Oeufs durs sauce tomate sse	Plats
Haché de veau sauce provençale sse	Filet colin sauce citron sse	Steak haché veau jus	Rôti de porc sauce paprika sse
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Garnitures	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Haricots plats à l'ail sse	Escalope de poulet au jus
Garnitures	Garnitures	Pêlé Mêle provençal	Garnitures
Lentilles sse	Carottes braisées sse	Haricots verts	Mitonnée de légumes sse
Poêlée légumes	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Céléris braisés
Epinards	Haricots verts	Pâtes tortis sse	Haricots verts
Haricots verts	Pâtes	Laitages	Pâtes
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Yaourt nature	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Laitages	Fromage blanc	Laitages
Laitages	Fromage frais nature	Desserts	Fromage frais nature
Cotentin	Fromage blanc	Purée pommes	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature	Bouillie froment ssu	Fromage blanc
Fromage blanc	Desserts	Nectarine	Desserts
Desserts	Semoule au lait ssu	Pêche	Far aux abricots ssu
Oeufs au lait ssu	Pêche	Pomme	Pomme du Verger
Purée pomme menthe	Purée de fruits	Suppléments	Purée de fruits
Pêche	Tapioca au lait ssu	Petit pain	Floraline au cacao ssu
Nectarine	Pomme	1/2 baguette	Nectarine
Pomme	Nectarine	Baguette	Pêche
Bouillie froment vanillée ssu	Suppléments	Baguette tradition	Suppléments
Suppléments	Petit pain	Pain campagne tranché	Petit pain
Petit pain	1/2 baguette	Pain céréales tranché	1/2 baguette
1/2 baguette	Baguette	Pain complet tranché	Baguette
Baguette	Baguette tradition	Pain de maïs tranché	Baguette tradition
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Pain épeautre tranché	Pain campagne 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 épeautre tranché			