



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

SEMAINE N°30 : 25 JUILLET 2022 AU 31 JUILLET 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 08 juillet

Salade perles estivale :
perles, concombre, menthe
Salade antillaise : riz, ananas,
poivrons

Salade strasbourgeoise :
PDT, saucisse Strasbourg
Sauce angevine : crème,
oseille, champignons,
oignons

Sauce bretonne : fumet
poisson, oignons, céleri,
poireaux, champignons

Pêlé Mêle provençal :
brunoise aubergine,
courgette, tomate, poivron
Polenta : farine de maïs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade pomme de terre vinaigrette sse	Betteraves vinaigrette sse	Carottes râpées vinaigre cidre sse
	Potage courgette céleri sse	Potage de légumes sse	Potage au pistou sse
	Tomate vinaigrette	Oeufs durs	Salade de perles estivale
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Plats complets	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Tortis bolognaise sse	Oeufs durs
	Plats	Poêlée de légumes à la volaille sse	Plats complets
	Poulet rôti sse	Plats	Duo de poisson fondue de poireaux sse
	Steak haché veau jus sse	Escalope de poulet au jus	Plats
	Garnitures	Steak haché veau jus	Escalope porc au jus sse
	Pêlé mêlé provençal sse	Garnitures	Escalope de poulet au jus
	Riz créole sse	Pomme de terre vapeur	Steak haché veau jus
	Haricots verts persillés	Pâtes	Garnitures
	Pâtes	Haricots verts	Haricots blancs sse
	Pomme de terre vapeur	Laitages	Courgettes
	Laitages	Fromage blanc	Haricots verts
	Emmental	Yaourt nature	Pâtes
	Fromage blanc	Desserts	Pomme de terre vapeur
	Yaourt nature	Entremets café ssu	Laitages
	Desserts	Semoule au lait ssu	Yaourt nature
	Purée pomme cassis	Abricots	Cotentin
	Fromage blanc coulis fraise	Purée de fruits	Fromage blanc
	Bouillie de froment café ssu	Nectarine	Desserts
	Nectarine	Pêche	Nectarine
	Pêche	Pomme	Riz au lait coulis fruits rouges ssu
	Pomme	Suppléments	Floraline lait ssu
	Suppléments	Petit pain	Purée de fruits
	Petit pain	1/2 baguette	Pêche
	1/2 baguette	Baguette	Pomme
	Baguette	Baguette tradition	Suppléments
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Petit pain
	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	1/2 baguette
	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Baguette
	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Baguette tradition
	Pain complet tranché		Boule blanche tranchée
			Pain campagne tranché
			Pain céréales tranché
			Pain complet tranché
			Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Concombre ciboulette sse	Salade antillaise sse	Tomate basilic sse	Melon
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage poireaux pomme de terre sse	Potage à la tomate 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	Plats	Romanesco et chou-fleur vinaigrette	Plats complets
Estouffade de boeuf sse	Filet colin sauce bretonne sse		Courgettes au boeuf sse
Jambon blanc sse	Emincé dinde jus sse	Plats	
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Rôti de porc au jus sse	Emincé dinde crème poivrons sse
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Omelette sse	Escalope de poulet au jus
Garnitures	Garnitures	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Petits pois sse	Navets braisés sse	Steak haché veau jus	
Salade pâtes, basilic sse froid	Purée pomme de terre sse	Garnitures	Garnitures
Haricots verts	Salade verte	Carottes braisées sse	Julienne de légumes sse
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre boulangères sse	Riz pilaf
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Laitages	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes
Petit fromage aux noix	Laitages		Pomme de terre vapeur
Fromage blanc	Yaourt nature	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage frais nature	Yaourt nature
Desserts	Desserts	Fromage blanc	Fromage blanc
Moelleux sans sucre	Pêche	Yaourt nature	
Prunes	Entremets chocolat ssu	Desserts	Desserts
Purée pommes	Purée de fruits	Bouillie froment cannelle ssu	Clafoutis griottes ssu
Nectarine	Semoule au lait vanille ssu	Yaourt nature	Floraline au cacao ssu
Pêche	Pomme	Pomme du Verger	Nectarine
Pomme	Nectarine	Purée de fruits	Purée de fruits
Bouillie froment ssu	Suppléments	Pêche	Pêche
Suppléments	Petit pain	Nectarine	Pomme
Petit pain	1/2 baguette	Tapioca au lait ssu	Suppléments
1/2 baguette	Baguette	Suppléments	Petit pain
Baguette	Baguette tradition	Petit pain	1/2 baguette
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	1/2 baguette	Baguette
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Baguette	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché		Pain complet tranché	Pain épeautre tranché
		Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	