



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°40 : 03 OCTOBRE 2022 AU 09 OCTOBRE 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 16 septembre

Potage parmentier : PDT,  
poireaux, crème

Chou-blanc à la japonaise :  
vinaigrette sauce soja

Sauce chasseur : carotte,  
oignons, champignons  
Sce armoricaine : crème  
fraîche, tomate, fumet  
crustacé, oignons

Sauce à la diable : roux,  
sauce moutarde, tomate  
Charcutière : moutarde,  
tomate, cornichon

Polenta : farine de maïs

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Semoule mimolette	Surimi	Oeufs durs
	Potage parmentier	Potage de légumes	Potage crécy
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Steak haché veau jus	Sauté dinde au cidre	Rôti porc au jus
	Oeufs brouillés	Crêpe fruits de mer	Boeuf mode
	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
	Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc
		Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Navets	Jardinière légumes	Haricots verts
	Endives béchamel	Purée pomme de terre	Riz créole
	Haricots verts	Courgettes	Pâtes
	Pâtes papillons	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pâtes	
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Tomme blanche
	Gouda	Yaourt nature	Fromage blanc
	Pavé 1/2 sel	Fromage blanc	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé		<b>Desserts</b>
	Fromage blanc	<b>Desserts</b>	Pomme du Verger
	<b>Desserts</b>	Purée pomme cannelle	Liégeois café
	Entremets vanille	Flan chocolat	Tapioca lait vanille
	Crème dessert caramel	Poire	Tartelette pommes
	Riz au lait café	Bouillie froment fleur oranger	Purée de fruits
	Tartelette pommes	Tartelette pommes	<b>Suppléments</b>
	Purée de fruits	<b>Suppléments</b>	Petit pain
	<b>Suppléments</b>	Petit pain	Petit sucre poudre
	Petit pain	Petit sucre poudre	1/2 baguette
	Petit sucre poudre	1/2 baguette	Baguette
	1/2 baguette	Baguette	Baguette tradition
	Baguette	Baguette tradition	Boule blanche tranchée
	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 au seigle tranché	Pain épeautre tranché
	Pain complet tranché		
	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Betteraves cuites	Salade de perles aux petits légumes	Carottes cuites vinaigrette	Haricots verts V
Potage de légumes	Velouté potiron	Potage à l'oseille	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Poulet rôti	Risotto de volaille	Escalope porc au jus	Cuisse pintade au jus
Jambon blanc		Filet de lieu sauce crème	Emincé porc au jus
Boulettes agneau au jus		Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
Steak haché veau jus		Jambon blanc	Jambon blanc
		Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	<b>Plats</b>	Omelette	
Carottes	Filet de colin au beurre citron		<b>Garnitures</b>
Pomme de terre vapeur	Escalope de poulet au jus		Riz au curry
Haricots verts	Jambon blanc		Macaroni (pâtes)
Pâtes	Steak haché veau jus		Haricots verts
Purée pomme de terre			Pomme de terre vapeur
			Purée pomme de terre
<b>Laitages</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Laitages</b>
Cotentin	Poireaux béchamel	Purée pomme de terre	Fromage frais sel Guérande
Yaourt aromatisé	Haricots verts	Poêlée légumes	Yaourt nature
Yaourt nature	Pâtes	Haricots verts	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Fromage blanc
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	
<b>Desserts</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Desserts</b>
Clafoutis nature	Fondu président	Fraidou	Tarte normande
Flan vanille	Emmental	Yaourt nature	Flan nappé caramel
Riz au lait caramel	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Pomme entière cuite au four
Tartelette pommes	Yaourt nature	Fromage blanc	Tapioca lait chocolat
Purée de fruits	Yaourt aromatisé		Purée de fruits
<b>Suppléments</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Pomme du Verger	Purée pommes	Petit pain
Petit sucre poudre	Fromage blanc miel	Mousse au chocolat	Petit sucre poudre
1/2 baguette	Semoule au lait café	Floraline au lait	1/2 baguette
Baguette	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Baguette
Baguette tradition	Purée de fruits		Baguette tradition
Pain campagne tranché			Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	<b>Suppléments</b>		Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Petit pain		Pain complet tranché
Pain épeautre tranché	Petit sucre poudre		Pain épeautre tranché
	1/2 baguette		
	Baguette		
	Baguette tradition		
	Boule blanche tranchée		
	Pain campagne tranché		
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		
	Pain épeautre tranché		