



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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*

*Sce aurore : crème, fumet
poisson, tomate, oignons*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Duo chou rouge et blanc sse	Salade de lentilles sse	Macédoine légumes sse
	Potage parmentier sse	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse
	Taboulé	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
	Oeufs durs		
	Plats	Plats	Plats
	Steak haché veau jus sse	Sauté de dinde au cidre sse	Rôti de porc au jus sse
	Oeufs brouillés sse	Emincé dinde sauce aurore sse	Boeuf mode sse
	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
		Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Pâtes papillons sse	Jardinière de légumes sse	Haricots verts sse
	Endives béchamel sse	Courgettes braisées sse	Riz créole sse
	Navets	Haricots verts	Salade verte
	Haricots verts	Pâtes	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
		Purée pomme de terre sse	
	Laitages	Laitages	Laitages
	Emmental	Yaourt nature	Fromage frais nature
	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Desserts	Desserts	Desserts
	Entremets vanille	Purée pomme cannelle	Semoule lait rhum
	Kivi	Flan chocolat	Pomme du Verger
	Crème dessert caramel	Poire	Liégeois café
	Riz au lait café	Bouillie froment fleur oranger	Tapioca lait vanille
	Tartelette pommes	Chou à la crème	Tartelette pommes
	Purée de fruits	Tartelette pommes	Purée de fruits
	Chou à la crème		Chou à la crème
	Suppléments	Suppléments	Suppléments
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
	Baguette campagne tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition
	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
	Pain céréales tranché	Pain au seigle tranché	Pain céréales tranché
	Pain complet tranché		Pain complet tranché
	Pain épeautre tranché		Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves vinaigrette sse	Salade de perles petits légumes sse	Carottes râpées orange sse	Concombre vinaigrette sse
Potage de légumes sse	Velouté de potiron sse	Potage à l'oseille sse	Potage céleri carottes sse
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Plats	Plats complets	Plats	Plats
Poulet rôti (cuisse) sse	Risotto de volaille sse	Escalope porc au jus sse	Cuisse de pintade au jus sse
Jambon blanc sse		Merlu sauce crème sse	Emincé porc au jus sse
Steak haché veau jus		Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
		Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Garnitures	Plats	Garnitures	Garnitures
Carottes, chou-fleur et curcuma sse	Filet lieu beurre citron sse	Purée pomme de terre sse	Petits pois fermiers sse
Pomme de terre vapeur sse	Escalope de poulet au jus	Poêlée de légumes sse	Pâtes macaronis sse
Haricots verts	Steak haché veau jus	Haricots verts	Haricots verts
Pâtes		Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Garnitures	Pomme de terre vapeur	
Laitages	Poireaux béchamel sse		Laitages
Cotentin	Haricots verts		Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Pâtes	Laitages	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Pomme de terre vapeur	Fromage frais nature	Fromage blanc
Fromage blanc		Yaourt nature	
	Laitages	Yaourt aromatisé	
Desserts	Emmental	Fromage blanc	Desserts
Orange	Fromage blanc	Yaourt nature	Tarte normande
Flan vanille	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Flan nappé caramel
Riz au lait caramel			Pomme entière cuite au four
Tartelette pommes	Desserts		Tapioca lait chocolat
Purée de fruits	Pomme du Verger	Purée pomme myrtille	Purée de fruits
Chou à la crème	Entremets citron	Kiwi	Chou à la crème
	Fromage blanc miel	Mousse au chocolat	
Suppléments	Semoule au lait café	Floraline au lait	Suppléments
Petit pain	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Petit pain
Petit sucre poudre	Purée de fruits	Chou à la crème	Petit sucre poudre
1/2 baguette	Chou à la crème		1/2 baguette
Baguette		Suppléments	Baguette
Baguette tradition	Suppléments	Petit pain	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Petit pain	Petit sucre poudre	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Petit sucre poudre	1/2 baguette	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	1/2 baguette	Baguette	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché	Baguette	Baguette tradition	Pain épeautre tranché
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	
	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	
	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	
	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	
	Pain épeautre tranché		