



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

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
	Entrées	Entrées	Entrées
	Duo de chou V	Salade de lentilles	Pâté de foie
	Taboulé	Céleri sauce fromage blanc curry	Potage crécy
	Potage parmentier	Potage de légumes	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
	Pâté de campagne	Oeufs durs	
	Oeufs durs	Pâté de campagne	
	Plats	Plats	Plats
	Paupiette veau sauce chasseur	Sauté dinde au cidre	Palette porc diable
	Oeufs brouillés	Crêpe fruits de mer	Boeuf mode
	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Croisillons aux champignons
	Jambon blanc	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Jambon blanc
			Steak haché veau jus
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Pâtes papillons	Jardinière légumes	Haricots verts
	Navets	Purée pomme de terre	Riz créole
	Endives béchamel	Courgettes	Salade verte
	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes
	Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	
	Laitages	Laitages	Laitages
	Gouda	Yaourt nature	Tomme blanche
	Pavé 1/2 sel	Camembert	Fromage frais ail fines herbes
	Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert
	Fromage blanc		Fromage blanc
	Camembert		Yaourt nature
	Desserts	Desserts	Desserts
	Entremets vanille ssu	Purée pomme cannelle	Semoule au lait ssu
	Riz au lait café ssu	Poire	Pomme du Verger
	Kiwi	Bouillie froment oranger ssu	Purée de fruits
	Purée de fruits	Pomme	Tapioca lait vanille ssu
	Pomme	Kiwi	Poire
	Poire		Kiwi
	Suppléments	Suppléments	Suppléments
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette
	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
	Pain au seigle tranché	Pain au seigle tranché	Pain céréales tranché
			Pain complet tranché
			Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves cuites	Salade de perles aux petits légumes	Carottes râpées à l'orange	Concombre vinaigrette
Potage de légumes	Chou blanc à la japonaise	Salade pâtes basilic	Potage céleri carottes
1/2 Pomelos	Velouté potiron	Potage à l'oseille	1/2 Pomelos
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
Plats complets	Oeufs durs	Oeufs durs	
Poêlée de pomme de terre à la strasbourgeoise	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Plats complets
			Macaroni façon carbonara
Plats	Plats complets	Plats complets	Plats
Poulet rôti	Risotto de volaille	Choucroute	Cuisse pintade au jus
Boulettes agneau au jus		Plats	Merlu sauce crevette
Jambon blanc	Plats	Omelette	Escalope de poulet au jus
Steak haché veau jus	Filet de colin au beurre citron	Caroline au fromage	Jambon blanc
	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Garnitures	Jambon blanc	Jambon blanc	
Carottes, chou-fleur, curcuma	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Garnitures
Haricots blancs			Petits pois fermiers
Haricots verts	Garnitures	Garnitures	Riz au curry
Pâtes	Poireaux béchamel	Epinards à la crème	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Polenta crémeuse	Poêlée légumes	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Haricots verts	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Pâtes	Pâtes	
Laitages	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Laitages
Cotentin	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Fromage frais sel Guérande
Yaourt nature			Yaourt nature
Fromage blanc	Laitages	Laitages	Fromage blanc
Camembert	Emmental	Fraidou	Camembert
	Fondou président	Saint Paulin	
Desserts	Camembert	Yaourt nature	Desserts
Clafoutis quetsches ssu	Fromage blanc	Fromage blanc	Moelleux citron ssu
Orange	Yaourt nature	Camembert	Pomme entière four cannelle ssu
Purée de fruits	Desserts	Desserts	Purée de fruits
Riz au lait ssu	Pomme du Verger	Purée pomme myrtille	Pomme
Kiwi	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Poire
Pomme	Purée de fruits	Kiwi	Kiwi
Poire	Semoule au lait café ssu	Floraline lait ssu	Orange
	Poire	Pomme	Tapioca lait cacao ssu
Suppléments	Kiwi	Poire	
Petit pain	Orange	Orange	Suppléments
1/2 baguette			Petit pain
Baguette	Suppléments	Suppléments	1/2 baguette
Baguette tradition	Petit pain	Petit pain	Baguette
Pain campagne tranché	1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Baguette	Baguette	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Baguette tradition	Baguette tradition	Pain céréales tranché
Pain épeautre tranché	Bole blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain complet tranché
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	
	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	
	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	