



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°41 : 10 OCTOBRE 2022 AU 16 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 23 septembre

Semaine du goût : balade  
autumnales et légumes oubliés

Salade pastourelle : pâte,  
tomate, poivron

Salade Marco polo : pâte,  
poivron, surimi

Sauce grand-mère : crème,  
lardons, oignons,  
champignons

Potage dubarry : chou-feur,  
crème

Sauce forestière : roux,  
champignons, oignon

Bordelaise : vin rouge,  
échalotes et oignons

Mitonnée d'automne :  
chou-fleur, panais, carottes

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Oeufs durs	Pomme de terre vinaigrette	Surimi	Surimi
Velouté au butternut	Potage carottes cumin	Potage de légumes	Potage de légumes
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Hachis parmentier	Steak haché veau jus	Sauté dinde à la crème	Sauté dinde à la crème
	Oeufs brouillés	Clafoutis à la tomate	Clafoutis à la tomate
<b>Plats</b>	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
Cake aux légumes	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Escalope de poulet au jus		Jambon blanc	Jambon blanc
Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>		
Jambon blanc	Endives braisées	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Pâtes	Blettes persillées	Blettes persillées
<b>Garnitures</b>	Haricots verts	Riz créole	Riz créole
Julienne de légumes	Pomme de terre vapeur	Epinards béchamel	Epinards béchamel
Haricots verts	Purée pomme de terre	Haricots verts	Haricots verts
Pâtes		Pâtes	Pâtes
Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Emmental	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
	Fromage blanc		
<b>Laitages</b>	Yaourt nature	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé		Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage blanc	<b>Desserts</b>	Fromage blanc	Fromage blanc
	Fromage blanc crème marrons		
<b>Desserts</b>	Crème dessert caramel	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Pomme	Poire	Semoule au lait café	Semoule au lait café
Liégeois chocolat	Tapioca lait vanille	Mousse au chocolat	Mousse au chocolat
Riz au lait	Purée de fruits	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Purée de fruits	Purée de fruits
Purée de fruits	Chou à la crème		
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
<b>Suppléments</b>	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Petit pain	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
Petit sucre poudre	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
1/2 baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette tradition	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre 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 ciboulette	Carottes cuites vinaigrette	Poireaux V	Tartare légumes fromage blanc
Potage poireaux	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Rôti porc au jus	Merlu sc oseille	Poulet rôti	Poêlée légumes à la volaille
Sauté de boeuf au jus	Emincé porc au jus	Omelette	
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	<b>Plats</b>
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Sauté de porc au jus
Jambon blanc	Jambon blanc		Escalope de poulet au jus
			Jambon blanc
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus
Haricots beurre	Riz créole	Purée pomme de terre	
Coquillettes	Mitonnée d'automne	Navets	<b>Garnitures</b>
Purée pomme de terre	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes tortis
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Purée pomme de terre
Coulommiers	Edam	Pavé 1/2 sel	
Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc	<b>Laitages</b>
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Bûchette mi-chèvre
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
			Yaourt nature
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Yaourt aromatisé
Fondant chocolat potiron	Oeufs au lait	Purée pommes	
Flan vanille	Poire	Liégeois vanille	<b>Desserts</b>
Purée pomme 4 épices	Tapioca au lait caramel	Mousse café	Moelleux au citron
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Riz au lait rhum	Pomme du Verger
Bouillie de froment	Purée de fruits	Tartelette pommes	Yaourt aromatisé
	Chou à la crème		Bouillie froment chocolat
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Purée de fruits
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Tartelette pommes
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	<b>Suppléments</b>
Baguette	Baguette	Baguette	Petit pain
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Petit sucre poudre
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	1/2 baguette
Pain céréales tranché	Baguette	Pain céréales tranché	Baguette
Pain complet tranché	Baguette tradition	Pain complet tranché	Baguette tradition
Pain épeautre tranché	Boule blanche tranchée	Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché
	Pain céréales tranché		Pain complet tranché
	Pain complet tranché		Pain épeautre tranché
	Pain épeautre tranché		