



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Chou-fleur vinaigrette sse	Carotte et radis blanc sse	Macédoine légumes sse	
Velouté aux butternut sse	Potage carottes cumin sse	Potage de légumes sse	
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	
Plats complets	Plats	Plats	
Hachis parmentier sse	Steak haché veau jus sse	Sauté dinde crème sse	
	Oeufs brouillés champignons sse	Clafoutis à la tomate sse	
Plats	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	
Cake aux légumes sse		Steak haché veau jus	
Escalope de poulet au jus			
Steak haché veau jus			
Garnitures	Garnitures	Garnitures	
Salade verte	Lentilles sse	Blettes persillées sse	
Haricots verts	Pâtes	Epinards béchamel sse	
Julienne de légumes fenouil	Endives braisées	Riz créole	
Pâtes	Haricots verts	Haricots verts	
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes	
		Pomme de terre vapeur	
Laitages	Laitages	Laitages	
Yaourt nature	Emmental	Yaourt aromatisé	
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature	
Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc	
	Yaourt aromatisé		
Desserts	Desserts	Desserts	
Entremets café	Fromage blanc crème marrons	Kiwi	
Orange	Crème dessert caramel	Mousse au chocolat	
Liégeois chocolat	Poire	Pruneaux au vin	
Riz au lait	Tapioca lait vanille	Semoule au lait café	
Tartelette pommes	Purée de fruits	Tartelette pommes	
Purée de fruits	Tartelette pommes	Purée de fruits	
Chou à la crème	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	
Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	
Pain épeautre tranché		Pain épeautre tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Chou rouge vinaigrette sse	Céleri vinaigrette sse	Poireaux vinaigrette sse	Tartare de légumes fromage blanc sse
Potage de poireaux sse	Potage de légumes sse	Potage dubarry sse	Potage de légumes sse
Betteraves ciboulette	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Plats	Plats	Plats	Plats complets
Rôti de porc au jus sse	Colin sauce oseille sse	Poulet sauce forestière sse	Poêlée de légumes à la volaille sse
Sauté de boeuf grand-mère sse	Emincé porc au jus sse	Omelette sse	
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus		
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Plats
Haricots beurre sse	Riz créole sse	Purée pomme de terre sse	Sauté porc au jus sse
Coquillettes sse	Mitonnée d'automne sse	Petits pois sse	Escalope de poulet au jus
Salade verte	Haricots verts	Navets	Steak haché veau jus
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur	
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Garnitures
		Haricots verts	Pâtes tortis sse
			Haricots verts
			Pomme de terre vapeur
			Carottes et champignons sse
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Fromage frais nature	Yaourt nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé		Yaourt aromatisé	
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Fondant chocolat potiron	Oeufs au lait	Purée pommes	Moelleux au citron
Flan vanille	Poire	Liégeois vanille	Pomme du Verger
Purée pomme 4 épices	Tapioca au lait caramel	Mousse café	Yaourt aromatisé
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Riz au lait rhum	Bouillie froment chocolat
Chou à la crème	Purée de fruits	Chou à la crème	Purée de fruits
Bouillie de froment	Chou à la crème	Tartelette pommes	Chou à la crème
			Tartelette pommes
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
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
Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	