



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°43 : 24 OCTOBRE 2022 AU 30 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 07 octobre

Salade arlequin : pdt, poivron,
maïs

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo
Chou-fleur à la parisienne :
chou-fleur, dés de jambon,
béchamel

Trio de légumes : haricots
verts, carottes, choux-fleurs

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

Sauce dieppoise : sauce
crème, vin blanc,
champignons, crevettes,
moules, oignons

Sauce marchand de vin : vin
rouge, champignons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade pâtes basilic	Betteraves ciboulette	Céleri vinaigrette
	Chou blanc sc curry	Crêpe au fromage	Velouté champignons
	Potage potiron	Potage de légumes	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
	Oeufs durs	Pâté de campagne	
	Pâté de campagne		Plats
	Plats complets	Plats complets	Boulettes boeuf sc piquante
	Couscous de poisson	Poêlée de haricots verts à la volaille	Filet de poulet sauce marchand de vin
			Cake poisson citron coriandre
	Plats	Plats	Escalope de poulet au jus
	Poulet rôti (cuisse)	Jambon braisé	Steak haché veau jus
	Oeufs brouillés	Emincé boeuf oignons	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Garnitures
		Jambon blanc	Riz créole
	Garnitures		Purée de brocolis
	Petits pois fermiers	Garnitures	Epinards à la crème
	Pommes de terre boulangères	Lentilles	Haricots verts
	Purée pomme de terre	Carottes braisées	Pâtes
	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Pâtes	
		Pomme de terre vapeur	Laitages
	Laitages	Purée pomme de terre	Brie
	Cotentin		Yaourt nature
	Camembert	Laitages	Fromage blanc
	Fromage blanc	Yaourt nature	
	Yaourt nature	Fromage frais ail fines herbes	Desserts
		Camembert	Entremets vanille ssu
	Desserts	Fromage blanc	Pomme du Verger
	Purée pommes		Purée de fruits
	Poire	Desserts	Semoule lait cacao ssu
	Kiwi	Kiwi	Poire
	Orange	Bouillie froment ssu	Orange
	Pomme	Purée de fruits	Kiwi
	Tapioca au lait ssu	Orange	
		Pomme	Suppléments
	Suppléments	Poire	Petit pain
	Petit pain		1/2 baguette
	1/2 baguette	Suppléments	Baguette
	Baguette	Petit pain	Baguette tradition
	Baguette tradition	1/2 baguette	Boule blanche tranchée
	Boule blanche tranchée	Baguette	Pain campagne tranché
	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain céréales tranché
	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché
	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché
	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	
		Pain épeautre tranché	
		Pain au seigle tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Chou rouge V	Carottes râpées vinaigre cidre	Semoule fantaisie	Salade coleslaw
Poireaux V	Salade arlequin	Potage de légumes	Taboulé
Potage de légumes	Potage crécy	Oeufs durs	Potage dubarry
Pâté de campagne	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
1/2 Pomelos	Oeufs durs		Oeufs durs
Betteraves cuites	Pâté de campagne		Pâté de campagne
		Plats	
Plats	Plats complets	Emincé dinde sc gd-mère	Plats complets
Poitrine veau sc chasseur	Chou-fleur parisienne	Lieu sc dieppoise	Cassolette poisson légumes
Omelette	Blettes au boeuf	Tarte aux poireaux	
Croissant jambon fromage		Escalope de poulet au jus	Plats
Escalope de poulet au jus	Plats	Jambon blanc	Langue de boeuf sauce madère
Jambon blanc	Colin sauce citron	Steak haché veau jus	Sauté porc pruneaux
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus		Escalope de poulet au jus
	Jambon blanc	Garnitures	Jambon blanc
Garnitures	Steak haché veau jus	Navets	Steak haché veau jus
Trio de légumes		Riz créole	
Coquillettes	Garnitures	Salade verte	
Salade verte	Purée de potiron	Purée pomme de terre	Garnitures
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Jardinière légumes
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	Pâtes papillons
	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
Laitages		Laitages	Pomme de terre vapeur
Fondu président	Laitages	Fromage frais sel Guérande	Purée pomme de terre
Gouda	Yaourt nature	Bûchette mi-chèvre	
Camembert	Pont l'Evêque	Camembert	Laitages
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Emmental
Yaourt nature	Camembert	Yaourt nature	Fraidou
			Camembert
Desserts	Desserts	Desserts	Fromage blanc
Moelleux cacao ssu	Purée pomme figues	Crème pâtissière rhum ssu	Yaourt nature
Orange	Tapioca lait café ssu	Pomme entière four cannelle ssu	
Purée de fruits	Poire	Purée de fruits	Desserts
Kiwi	Pomme	Semoule au lait vanille ssu	Far nature ssu
Poire	Orange	Orange	Riz au lait cacao ssu
Pomme	Kiwi	Poire	Kiwi
Riz au lait ssu		Pomme	Purée de fruits
	Suppléments	Kiwi	Pomme
Suppléments	Petit pain		Poire
Petit pain	1/2 baguette	Suppléments	Orange
1/2 baguette	Baguette	Petit pain	
Baguette	Baguette tradition	Petit sucre poudre	Suppléments
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	1/2 baguette	Petit pain
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Baguette	1/2 baguette
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Baguette
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain de maïs tranché		Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain épeautre tranché		Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
		Pain complet tranché	Pain complet tranché
		Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
		Pain épeautre tranché	