



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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
	Pâtes au basilic sse	Betteraves ciboulette sse	Céleri râpé raisin sse
	Potage potiron sse	Potage de légumes sse	Velouté champignons sse
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
	Oeufs durs		Oeufs durs
	Plats	Plats complets	Plats
	Poulet rôti sse	Poêlée haricots volaille sse	Poulet sauce marchand de vin sse
	Oeufs brouillés sse	Plats	Cake poisson coriandre citron sse
	Steak haché veau jus	Sauté boeuf oignons sse	Escalope de poulet au jus
		Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
	Garnitures	Steak haché veau jus	
	Petits pois sse	Garnitures	Garnitures
	Pomme de terre boulangères sse	Lentilles sse	Riz créole sse
	Pâtes	Carottes braisées	Epinards à la crème sse
	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
		Pâtes	Pâtes
	Laitages	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Cotentin	Laitages	Laitages
	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
	Desserts	Desserts	Desserts
	Purée pommes	Kiwi	Entremets vanille
	Crème dessert chocolat	Flan nappé caramel	Pomme du Verger
	Poire	Bouillie de froment	Mousse café
	Tartelette pommes	Chou à la crème	Semoule au lait chocolat
	Chou à la crème	Purée de fruits	Tartelette pommes
	Tapioca au lait	Tartelette pommes	Purée de fruits
	Suppléments	Suppléments	Chou à la crème
	Petit pain	Petit pain	Suppléments
	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette	Petit sucre poudre
	Baguette	Baguette	1/2 baguette
	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette
	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Baguette tradition
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché
	Pain épeautre tranché	Pain au seigle tranché	Pain complet tranché
			Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Chou rouge vinaigrette sse	Carottes râpées vinaigre cidre sse	Semoule fantaisie sse	Salade coleslaw sse
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse	Potage dubarry sse
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Taboulé
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
			Oeufs durs
Plats	Plats complets	Plats	Plats complets
Steak haché veau jus sse	Blettes au boeuf sse	Emincé dinde sauce grand-mère sse	Cassolette de poisson aux légumes sse
Escalope porc au jus sse		Jambon sse	
Escalope de poulet au jus	Plats	Escalope de poulet au jus	Plats
	Filet colin sauce citron sse	Steak haché veau jus	Langue boeuf sauce madère sse
Garnitures	Escalope de poulet au jus		Escalope de poulet au jus
Trio de légumes sse	Steak haché veau jus	Garnitures	Steak haché veau jus
Coquillettes sse		Navets braisés sse	
Salade verte	Garnitures	Riz créole sse	
Pomme de terre vapeur	Purée potiron sse	Salade verte	
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Garnitures
Laitages	Pâtes	Pâtes	Pâtes papillons sse
Cotentin	Haricots verts	Haricots verts	Jardinière légumes
Fromage blanc			Haricots verts
Yaourt nature	Laitages	Laitages	Pomme de terre vapeur
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Fromage frais nature	
	Yaourt nature	Fromage blanc	Laitages
Desserts	Fromage blanc	Yaourt nature	Emmental
Moelleux aux noisettes	Desserts	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Orange	Purée pomme figues		Yaourt nature
Flan chocolat	Poire	Desserts	Yaourt aromatisé
Riz au lait	Fromage blanc myrtille	Crème pâtissière rhum	
Tartelette pommes	Tapioca au lait café	Mousse au chocolat	Desserts
Purée de fruits	Tartelette pommes	Pomme entière cuite au four	Far aux raisins
Chou à la crème	Chou à la crème	Semoule lait vanille	Crème dessert vanille
		Tartelette pommes	Kiwi
Suppléments	Suppléments	Purée de fruits	Riz au lait chocolat
Petit pain	Petit pain	Chou à la crème	Tartelette pommes
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre		Purée de fruits
1/2 baguette	1/2 baguette	Suppléments	Chou à la crème
Baguette	Baguette	Petit pain	
Baguette tradition	Baguette tradition	Petit sucre poudre	Suppléments
Pain campagne tranché	Baguette tradition	1/2 baguette	Petit pain
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Baguette	Petit sucre poudre
Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition	1/2 baguette
Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Baguette
Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition
		Pain complet tranché	Pain campagne tranché
		Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché
		Pain épeautre tranché	Pain complet tranché
			Pain épeautre tranché