

LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel **SEMAINE N°43** : 24 OCTOBRE 2022 AU 30 OCTOBRE 2022

CLIENT

<u>Légende</u>

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 d 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	
<u>Entrées</u>	Entrées Entrées	Entrées .	
Pâtes au basilic sse	Betteraves ciboulette sse	Céleri vinaigrette 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 complets	_	
<u>Plats</u>	Poêlée haricots volaille sse	<u>Plats</u>	
Poulet rôti (cuisse) sse	Plate	Filet de poulet sauce marchand	
Oeufs brouillés sse	Plats Sauté boeuf oignons sse Cake poisson coriandre citron		
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Cake poisson coriandre citron sse	
Carmituras	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	
Garnitures Petits pois sse	Steak flacile veau jus	Steak haché veau jus	
Pomme de terre boulangères sse	Garnitures	Oteak flacife veau jus	
Ponnie de terre boulangeres sse	Lentilles sse	— Garnitures	
Pâtes	Carottes braisées	Riz créole sse	
Haricots verts	Haricots verts	Epinards à la crème sse	
- Idinosis vents	Pâtes	Haricots verts	
<u>Laitages</u>	Pomme de terre vapeur	Pâtes	
Cotentin		Pomme de terre vapeur	
Fromage blanc	<u>Laitages</u>		
Yaourt nature	Yaourt nature	Laitages	
	Fromage blanc	Yaourt nature	
<u>Desserts</u>	L .	Fromage blanc	
Purée pommes	<u>Desserts</u>	_ 	
Poire	Kiwi	Desserts Entremets vanille ssu	
Tapioca au lait ssu			
Pomme	Purée de fruits Pomme du Verger Purée de fruits		
Orange	Orange Purée de fruits Pomme Kiwi		
Kiwi	Pomme	_	
Sunniémente	Poire	Orange	
Suppléments Petit pain	Suppléments	Poire	
1/2 baguette	Petit pain	Semoule lait cacao ssu	
Baguette	1/2 baguette	— Suppléments	
- The state of the	Baguette	Petit pain	
Baguette tradition Boule blanche tranchée	Baguette tradition	1/2 baguette	
	Pain campagne tranché	Baguette	
Pain campagne tranché Pain céréales tranché	Pain cámpagne tranché	Baguette tradition	
	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée	
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché	
Pain épeautre tranché	Pain au seigle tranché	Pain céréales tranché	
	rain au seigle traffche	Pain complet tranché	
		Pain épeautre tranché	
		i an epeaule lianone	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	Entrées
Chou rouge vinaigrette sse	Carottes râpées vinaigre cidre	Semoule fantaisie sse	Salade coleslaw sse
Potage de légumes sse	sse	Potage de légumes sse	Potage dubarry sse
Oeufs durs	Potage crécy (carottes) sse	Oeufs durs	Taboulé
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
20110101000001100	1/2 Pomelos		Oeufs durs
<u>Plats</u>		<u>Plats</u>	_
Steak haché veau jus sse	Plats complets	Emincé dinde sauce	Plats complets
Escalope porc au jus sse	Blettes au boeuf sse	grand-mère sse	Cassolette de poisson aux
Escalope de poulet au jus	Plata	Escalope de poulet au jus	légumes sse
	Plats Filet colin sauce citron sse	_ Steak haché veau jus	— Diete
<u>Garnitures</u>	Escalope de poulet au jus	Jambon sse	Plats Langue boeuf sauce madère
Trio de légumes sse		- Cornitures	sse
Coquillettes sse	Steak haché veau jus	Garnitures Navets braisés sse	Escalope de poulet au jus
Salade verte		Riz créole sse	Steak haché veau jus
Pomme de terre vapeur	Purée potiron sse	Salade verte	
<u>Laitages</u>	Pomme de terre vapeur		— <u>Garnitures</u>
Cotentin	Pâtes	Pomme de terre vapeurPâtes	Pâtes papillons sse
Fromage blanc	Haricots verts		Jardinière légumes
Yaourt nature		Haricots verts	Haricots verts
Taourt Hature	Laitages	_ <u>Laitages</u>	Pomme de terre vapeur
Desserts	Yaourt nature	Fromage frais nature	
Moelleux cacao ssu	Fromage blanc	_ Fromage blanc	<u>Laitages</u>
Orange	Γ Ι.	Yaourt nature	Emmental
Purée de fruits	Desserts	-	Fromage blanc
Riz au lait ssu	Purée pomme figues	- <u>Desserts</u>	Yaourt nature
Poire	Tapioca lait café ssu	 Crème pâtissière rhum ssu 	— <u>Desserts</u>
Pomme	Poire	Pomme entière four cannelle	Far nature ssu
Kiwi	Pomme	_ ssu	Riz au lait cacao ssu
	Orange	Purée de fruits	Kiwi
<u>Suppléments</u>	Kiwi	Poire	Purée de fruits
Petit pain	Suppléments	Pomme	Poire
1/2 baguette	Petit pain	- Orange	Pomme
Baguette	1/2 baguette	– Kiwi	Orange
Baguette tradition	Baguette	Semoule au lait vanille ssu	
Pain campagne tranché	Baguette tradition	- Cumplémente	Suppléments
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	<u>Suppléments</u> Petit pain	Petit pain
Pain complet tranché	Pain campagne tranché	1/2 baguette	1/2 baguette
Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Baguette	Baguette
Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	- I	Baguette tradition
	an complet danone	Baguette tradition Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
		Pain campagne tranche Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
			Pain complet tranché
		Pain complet tranché	Pain épeautre tranché
		Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	└