



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre 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 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	
		Poêlée haricots volaille sse	
	Plats		Plats
	Poulet rôti 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
		Steak haché veau jus	
	Garnitures		Garnitures
	Petits pois sse	Garnitures	Riz créole sse
	Pomme de terre boulangères sse	Lentilles sse	Epinards à la crème sse
		Carottes braisées	Haricots verts
	Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
	Haricots verts	Pâtes	Pâtes
		Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Laitages		Laitages
	Cotentin	Laitages	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
	Yaourt nature	Fromage blanc	
			Desserts
	Desserts	Desserts	Entremets vanille ssu
	Purée pommes	Kiwi	Pomme du Verger
	Poire	Bouillie froment ssu	Purée de fruits
	Tapioca au lait ssu	Purée de fruits	Kiwi
	Pomme	Orange	Orange
	Orange	Pomme	Poire
	Kiwi	Poire	Semoule lait cacao ssu
			Suppléments
	Suppléments	Suppléments	Petit pain
	Petit pain	Petit pain	1/2 baguette
	1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette
	Baguette	Baguette	Baguette tradition
	Baguette tradition	Baguette tradition	Boule blanche tranchée
	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
	Pain épeautre tranché	Pain au seigle 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	Betteraves cuites	Oeufs durs	Taboulé
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	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		Escalope de poulet au jus	
Escalope de poulet au jus		Steak haché veau jus	
	Plats	Jambon sse	Plats
Garnitures	Filet colin sauce citron sse		Langue boeuf sauce madère sse
Trio de légumes sse	Escalope de poulet au jus	Garnitures	Escalope de poulet au jus
Coquillettes sse	Steak haché veau jus	Navets braisés sse	Steak haché veau jus
Salade verte		Riz créole sse	
Pomme de terre vapeur	Garnitures	Salade verte	Garnitures
	Purée potiron sse	Pomme de terre vapeur	Pâtes papillons sse
Laitages	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Jardinière légumes
Cotentin	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Fromage blanc	Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Yaourt nature			
	Laitages	Laitages	Laitages
Desserts	Yaourt nature	Fromage frais nature	Emmental
Moelleux cacao ssu	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Orange	Desserts	Yaourt nature	Yaourt nature
Purée de fruits	Purée pomme figues	Desserts	Desserts
Riz au lait ssu	Tapioca lait café ssu	Crème pâtissière rhum ssu	Far nature ssu
Poire	Poire	Pomme entière four cannelle ssu	Riz au lait cacao ssu
Pomme	Pomme	Purée de fruits	Kiwi
Kiwi	Orange	Poire	Purée de fruits
	Kiwi	Pomme	Poire
Suppléments	Suppléments	Orange	Pomme
Petit pain	Petit pain	Kiwi	Orange
1/2 baguette	1/2 baguette	Semoule au lait vanille ssu	
Baguette	Baguette	Suppléments	Suppléments
Baguette tradition	Baguette tradition	Petit pain	Petit pain
Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	1/2 baguette	1/2 baguette
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Baguette	Baguette
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain de maïs tranché	Pain complet 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	