



# LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE  
Régime : Sans sel  
SEMAINE N°23 : 05 JUIN 2023 AU 11 JUIN 2023

CLIENT

## Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré par la diététicienne

Pour toutes questions

02.51.05.38.20

A RETOURNER A VOTRE  
LIVREUR AVANT LE

Vendredi 19 mai

Salade coleslaw : émincé  
chou blanc carotte mayo

Salade exotique : riz, tomate,  
ananas, maïs

Sce Vallée d'Auge : crème,  
cidre, pomme, oignons

Polenta : farine de maïs

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade coleslaw sse	Concombre ciboulette sse	Macédoine légumes sse
	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse
	Taboulé	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
	Oeufs durs		
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
	Emincé de poulet au cidre sse	Escalope porc au jus sse	Hachis parmentier sse
	Jambon blanc sse	Poulet rôti (cuisse) sse	
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	<b>Plats</b>
			Gratin de poisson sse
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Omelette
	Coquillettes sse	Lentilles sse	Escalope de poulet au jus
	Purée brocolis sse	Fondue de poireaux sse	Steak haché veau jus
	Pomme de terre vapeur	Salade verte	
	Haricots verts	Haricots verts	<b>Garnitures</b>
		Pomme de terre vapeur	Julienne de légumes sse
	<b>Laitages</b>	Pâtes	Pâtes
	Yaourt nature		Haricots verts
	Yaourt aromatisé	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur
	Fromage blanc	Fromage frais nature	
		Fromage blanc	<b>Laitages</b>
	<b>Desserts</b>	Yaourt nature	Yaourt nature
	Entremets vanille	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
	Mousse au chocolat		Yaourt aromatisé
	Pêche	<b>Desserts</b>	
	Bouillie froment vanillée	Purée pomme verveine	<b>Desserts</b>
	Chou à la crème	Orange	Pomme du Verger
	Tartelette pommes	Yaourt aromatisé	Flan chocolat
	Purée de fruits	Tapioca au lait	Semoule au lait
		Tartelette pommes	Tartelette pommes
	<b>Suppléments</b>	Chou à la crème	Purée de fruits
	Petit pain		Chou à la crème
	Petit sucre poudre	<b>Suppléments</b>	
	1/2 baguette	Petit pain	<b>Suppléments</b>
	Baguette	Petit sucre poudre	Petit pain
	Baguette tradition	1/2 baguette	Petit sucre poudre
	Boule blanche tranchée	Baguette	1/2 baguette
	Pain blanc	Baguette tradition	Baguette
	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain blanc
		Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché
			Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Céleri rémoulade sse	Tomate vinaigrette sse	Betteraves vinaigrette sse	Radis sauce fromage blanc ciboulette sse
Velouté d'asperges sse	Potage de légumes sse	Potage à l'oseille sse	Potage de légumes sse
Salade de perles citron coriandre	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Haricots beurre échalote
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Oeufs durs	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Oeufs durs		Betteraves cuites
			Oeufs durs
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Emincé de poulet au curry sse	Lieu sauce estragon sse	Poulet sauce vallée d'auge sse	Merlu sauce crème échalotes sse
Clafoutis au fenouil sse	Steak haché veau jus sse	Sauté de boeuf sauce marengo sse	Emincé poulet sauce tomate sse
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
			Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Riz créole sse	Courgettes braisées sse	Carottes sse	Poêlée de légumes sse
Salade verte	Pâtes macaronis sse	Polenta crémeuse sse	Riz pilaf sse
Haricots verts	Haricots verts	Salade verte	Pâtes
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts
Pomme de terre vapeur		Pâtes	Pomme de terre vapeur
		Pomme de terre vapeur	
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Emmental	Yaourt nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Fromage blanc		Fromage blanc	
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Crème pâtissière café	Crêpe sucrée	Flan nappé caramel	Moelleux fraises menthe
Orange	Pêche	Purée pomme menthe	Crème dessert vanille
Liégeois vanille	Oeufs au lait	Entremet chocolat	Nectarine
Bouillie froment café	Tapioca au lait	Riz au lait	Floraline lait fleur d'oranger
Chou à la crème	Purée de fruits	Tartelette pommes	Chou à la crème
Purée de fruits	Tartelette pommes	Chou à la crème	Purée de fruits
Tartelette pommes	Chou à la crème		Tartelette pommes
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
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 blanc	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	1/2 Pain blanc	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		