



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre 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
	Entrées	Entrées	Entrées
	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		
	Plats	Plats	Plats complets
	Emincé de poulet au cidre sse	Escalope porc au jus sse	Hachis parmentier sse
	Jambon sse	Poulet rôti (cuisse) sse	
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Plats
			Gratin de poisson sse
	Garnitures	Garnitures	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	Garnitures
		Pomme de terre vapeur	Julienne de légumes sse
	Laitages	Pâtes	Pâtes
	Yaourt nature		Haricots verts
	Fromage blanc	Laitages	Pomme de terre vapeur
		Fromage frais nature	
	Desserts	Fromage blanc	Laitages
	Entremets vanille ssu	Yaourt nature	Yaourt nature
	Pêche		Fromage blanc
	Purée de fruits	Desserts	
	Bouillie froment vanillée ssu	Purée pomme verveine	Desserts
	Pomme	Tapioca au lait ssu	Pomme du Verger
	Poire	Orange	Semoule au lait ssu
	Orange	Pomme	Purée de fruits
	Nectarine	Poire	Orange
		Pêche	Nectarine
	Suppléments	Nectarine	Pêche
	Petit pain		
	1/2 baguette	Suppléments	Suppléments
	Baguette	Petit pain	Petit pain
	Baguette tradition	1/2 baguette	1/2 baguette
	Boule blanche tranchée	Baguette	Baguette
	Pain blanc	Baguette tradition	Baguette tradition
	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain blanc
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
		Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Céleri vinaigrette 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
Plats	Plats	Plats	Plats
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
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Riz créole sse	Courgettes braisées sse	Polenta crémeuse sse	Poêlée de légumes sse
Navets	Pâtes macaronis sse	Carottes persillées sse	Riz pilaf sse
Salade verte	Haricots verts	Salade verte	Pâtes
Haricots verts	Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur		Pomme de terre vapeur	
	Laitages	Laitages	Laitages
Laitages	Yaourt nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature
Emmental	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt nature		Fromage blanc	
Fromage blanc	Desserts	Desserts	Desserts
	Tapioca au lait ssu	Purée pomme menthe	Moelleux fraises menthe ssu
Desserts	Oeufs au lait ssu	Riz au lait ssu	Nectarine
Crème pâtissière café ssu	Pêche	Pomme	Purée de fruits
Orange	Purée de fruits	Orange	Floraline au lait fleur oranger ssu
Purée de fruits	Orange	Pomme	Pêche
Bouillie de froment café ssu	Pomme	Orange	Pomme
Pomme	Nectarine	Nectarine	
Nectarine			
Pêche	Suppléments	Suppléments	Suppléments
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Suppléments	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Petit pain	Baguette	Baguette	Baguette
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Baguette tradition	Pain blanc	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	1/2 Pain blanc	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	
Pain complet tranché	Pain céréales tranché		
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché		