



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE
Régime : Sans sucre sans sel
SEMAINE N°24 : 12 JUIN 2023 AU 18 JUIN 2023

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 26 mai

Riz cantonnais : riz, dés de
jambon, petits pois, oeufs,
carotte, oignon

Salade pastourelle : pâte,
tomate, poivron

Blettes à la parisienne :
bledettes, jambon, béchamel

Penne façon all'amatriciana :
penne, lardons, dés jambon,
sauce olives oignons tomate
basilic

Moussaka : gratin aubergines
grillées, tomate, boeuf
Sauce américaine : crème,
cognac, oignons

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Courgettes et carottes râpées sse	Betteraves ciboulette sse	Concombre vinaigrette sse
Velouté de lentilles corail sse	Potage de légumes sse	Velouté d'asperges sse
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
Oeufs durs		Oeufs durs
Plats complets	Plats complets	Plats complets
Cassiolette de poisson aux légumes sse	Riz cantonnais sse	Blettes à la parisienne sse
Plats	Plats	Plats
Boeuf mode sse	Poulet rôti (cuisse) sse	Marmite de poisson sse
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Purée pomme de terre sse	Ratatouille sse	Carottes sse
Navets	Salade verte	Semoule
Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
Pâtes	Pâtes	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Emmental
	Fromage blanc	Fromage blanc
Desserts	Desserts	Desserts
Purée pommes	Bouillie de froment café ssu	Far aux abricots ssu
Tapioca au lait ssu	Pêche	Riz au lait fleur oranger ssu
Orange	Purée de fruits	Pomme du Verger
Pomme	Floraline lait vanille ssu	Purée de fruits
Nectarine	Nectarine	Nectarine
Pêche	Orange	Pêche
	Pomme	
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	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée
Pain blanc	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché
Pain complet tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Tomate sse	Macédoine légumes sse	Salade pastourelle sse	Melon
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de poireaux sse	Potage de légumes sse
1/2 Pomelos	Taboulé	Oeufs durs	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Oeufs durs
	Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	1/2 Pomelos		
Plats	Plats	Plats	Plats
Filet de poulet au jus sse	Merlu sauce armoricaine sse	Emincé de poulet à l'estragon sse	Rôti de porc au jus sse
Omelette sse	Jambon sse	Steak haché veau jus sse	Saumonette sauce citron sse
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
	Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Pâtes penne rigate sse	Riz créole sse	Petits pois sse	Haricots blancs tomate sse
Pomme de terre boulangères sse	Epinards béchamel sse	Courgettes persillées sse	Coquillettes sse
Poêlée légumes	Haricots verts	Haricots verts	Salade verte
Haricots verts	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
			Julienne de légumes sse
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Petit fromage frais nature	Yaourt nature	Emmental	Yaourt nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature		Yaourt nature	
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Purée pomme fraise basilic	Nectarine	Entremets vanille ssu	Fondant pommes chocolat ssu
Pêche	Tapioca au lait ssu	Semoule au lait ssu	
Bouillie froment ssu	Purée pomme cannelle	Orange	Pomme du Verger
Nectarine	Pêche	Purée de fruits	Purée de fruits
Pomme	Pomme	Nectarine	Bouillie froment cacao ssu
Orange		Pêche	Nectarine
		Pomme	Pêche
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
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	Pain blanc	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	1/2 Pain blanc	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		