

LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel SEMAINE N°26 : 26 JUIN 2023 AU 02 JUILLET 2023

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 09 juin

Potage st germain : pois cassés, Pomme De Terre, crème Chou-fleur à la grecque : Chou-fleur, tomate, oignons Salade italienne : pâte, tomate, poivron, olive Chou-blanc à la japonaise : vinaigrette sauce soja Salade pastourelle : pâtes, tomates, poivrons Salade bicolore : carottes, radis râpés Salade parmentière de poisson : pomme de terre, poisson, petits légumes, mayonnaise Escalope viennoise : filet volaille pané Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

LUNDI	MARDI	MERCREDI		
<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>		
Haricots verts vinaigrette sse	Chou-fleur à la grecque sse	Chou blanc japonaise sse		
Potage saint germain sse	Potage de légumes sse	Potage de céleri sse		
Salade de riz, tomate, maïs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos		
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites		
Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs		
Oeufs durs	Plats	Plats complets		
Plats complets	Boeuf bourguignon sse Risotto de volaille printannier sse			
Couscous poulet sse	Merlu sauce citron sse	Tribotto do Volamo printarimor eco		
Coucouc poulot coc	Escalope de poulet au jus	<u>Plats</u>		
<u>Plats</u>	Steak haché veau jus	Rôti de porc au jus sse		
Omelette sse	etoak Haorio Voda jao	Escalope de poulet au jus		
Escalope de poulet au jus	<u>Garnitures</u>	Steak haché veau jus		
Steak haché veau jus	Purée pomme de terre sse			
	Courgettes braisées sse	Garnitures		
<u>Garnitures</u>	Carottes au beurre persillé	Petits pois sse		
Epinards à la crème sse	Haricots verts	Haricots verts		
Mitonnée de légumes	Pomme de terre vapeur	Pâtes		
Haricots verts	— Pâtes	Pomme de terre vapeur		
Pâtes		l sitemas		
Pomme de terre vapeur	<u>Laitages</u>	Laitages Fromage frais nature		
Lettenee	Petit fromage frais nature	Fromage blanc		
<u>Laitages</u> Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature		
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé		
	├ _	raduit ardinatise		
Fromage blanc	Desserts Pêche (sous réserve)	Desserts		
<u>Desserts</u>		Crème pâtissière café		
Entremet chocolat	Purée pommes Flan nappé caramel	Nectarine (sous réserve)		
Pomme	Riz au lait	Floraline lait vanille		
Liégeois vanille		Chou à la crème		
Bouillie froment chocolat	Tartelette pommes Chou à la crème	Purée de fruits		
Chou à la crème	Chou a la creme	Tartelette pommes		
Purée de fruits	Suppléments			
Tartelette pommes	Petit pain	<u>Suppléments</u>		
- constant p commercial	Petit sucre poudre	Petit pain		
<u>Suppléments</u>	1/2 baguette	Petit sucre poudre		
Petit pain	Baguette	1/2 baguette		
Petit sucre poudre	Baguette tradition	Baguette		
1/2 baguette	Pain au seigle tranché	Baguette tradition		
Baguette	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée		
Baguette tradition	Pain cárripaghe tranché Pain céréales tranché	Pain blanc		
Boule blanche tranchée	Pain cereales tranché Pain complet tranché	Pain campagne tranché		
Pain campagne tranché	Pain complet tranché Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché		
Pain céréales tranché	Fain epeautie tranche	Pain complet tranché		
		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		

JEUDI	VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE	
<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>		<u>Entrées</u>		<u>Entrées</u>	
Carottes râpées sse	Betteraves à l'ail sse		Salade pastourelle sse		Tomate basilic sse	
Potage de légumes sse	Potage carottes cumin sse		Potage de légumes sse		Potage poireaux pomme de	Г
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos		1/2 Pomelos		terre sse	丄
Betteraves cuites	Oeufs durs	Τ	Betteraves cuites	Г	1/2 Pomelos	丄
Oeufs durs			Oeufs durs	Γ	Betteraves cuites	丄
	Plats complets	_			Oeufs durs	丄
Plats complets	Blettes au boeuf sse		Plats complets	_	Dist.	
Tortis bolognaise sse	— Plats		Salade parmentière poisson		Plats Haché veau sauce poivre vert	$\overline{}$
<u>Plats</u>	Saumonette sauce oseille sse	\top	sse		SSE	
Jambon sse	Steak haché veau jus	\top	<u>Plats</u>		Emincé de poulet au curry sse	十
Escalope de poulet au jus		-	Escalope de poulet au jus sse	Г	Escalope de poulet au jus	╈
Steak haché veau jus	Garnitures		Steak haché veau jus	Т	Steak haché veau jus	十
oteak nache veau jus	Riz créole sse		,	_	- Ctour masne readjus	
<u>Garnitures</u>	Haricots verts	Τ	<u>Garnitures</u>	_	<u>Garnitures</u>	
Poêlée de légumes sse	Pâtes	Τ	Ratatouille sse	L	Haricots verts oignons sse	
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Т	Haricots verts	L	Riz créole sse	Г
Pâtes			Pâtes	上	Salade verte	\Box
Pomme de terre vapeur	<u>Laitages</u>	_	Pomme de terre vapeur	L	Pâtes	\Box
	Emmental	丰	l		Pomme de terre vapeur	Т
<u>Laitages</u>	Fromage blanc	丄	<u>Laitages</u>	_		
Yaourt nature	Yaourt nature	╄	Yaourt aromatisé	⊢	Laitages	_
Fromage blanc	Yaourt aromatisé		Fromage blanc	╄	Crème anglaise	╄
Yaourt aromatisé	_ _ Bassawta		Yaourt nature	上	Petit fromage aux noix	丰
Danasita	Desserts Mousse au chocolat	$\overline{}$	<u>Desserts</u>		Yaourt nature	丄
Durán namma flaur d'aranger	Semoule au lait	┿	Entremets praliné	Т	Yaourt aromatisé	丰
Purée pomme fleur d'oranger		+	Fromage blanc miel	一	Fromage blanc	丄
Orange	Pêche (sous réserve) Purée de fruits	+	Tapioca au lait caramel	\vdash	Dagasta	
Tapioca au lait		+	Chou à la crème	十	Desserts Fondant chocolat	Т
Tartelette pommes	Bouillie froment café	┾	Purée de fruits	十	Liégeois café	╄
Chou à la crème	Chou à la crème	+	Tartelette pommes	十	Purée pomme vanille	十
<u>Suppléments</u>	Tartelette pommes		Turtelette permines	<u> </u>	Chou à la crème	╄
Petit pain	— <u>Suppléments</u>		<u>Suppléments</u>		Semoule au lait	十
Petit sucre poudre	Petit pain	Т	Petit pain		Tartelette pommes	十
1/2 baguette	Petit sucre poudre	十	Petit sucre poudre		Tartelette pornines	—
Baguette	1/2 baguette	十	1/2 baguette	匚	<u>Suppléments</u>	
Baguette tradition	Baguette	\top	Baguette		Petit pain	Т
Pain campagne tranché	Baguette tradition	十	Baguette tradition		Petit sucre poudre	Τ
Pain céréales tranché	Pain blanc	au	Boule blanche tranchée		1/2 baguette	丅
Pain complet tranché	1/2 Pain blanc	\top	Pain campagne tranché		Baguette	Τ
Pain de maïs tranché	Boule blanche tranchée	十	Pain céréales tranché		Baguette tradition	丅
	Pain campagne tranché	\top	Pain complet tranché		Boule blanche tranchée	Τ
	Pain céréales tranché	十	Pain de maïs tranché		Pain céréales tranché	Τ
	Pain complet tranché	十			Pain complet tranché	十
	- s complet transito				Pain campagne tranché	十