



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°26 : 26 JUIN 2023 AU 02 JUILLET 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 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

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Haricots verts V	Chou-fleur à la grecque	Chou blanc vinaigrette
Potage St Germain	Salade italienne	Potage de céleri
1/2 Pomelos	Potage de légumes	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
Salade de riz, tomate, maïs	Oeufs durs	
Plats complets	Plats	Plats complets
Couscous de poulet	Boudin noir	Parmentier de poisson
	Boeuf bourguignon	Risotto de volaille printannier
Plats	Crêpe fruits de mer	Plats
Omelette	Escalope de poulet au jus	Jambon braisé
Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus		
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Epinards	Purée pomme de terre	Petits pois
Mitonnée de légumes	Carottes au beurre persillé	Haricots verts
Haricots verts	Courgettes	Pâtes
Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Pâtes	
Laitages	Laitages	Laitages
Fondus président	Gouda	Fraidou
Yaourt nature	Fromage frais ail fines herbes	Carré fromager
Fromage blanc	Camembert	Fromage blanc
Camembert	Yaourt nature	Yaourt nature
Desserts	Desserts	Desserts
Entremets chocolat ssu	Pêche (sous réserve)	Clafoutis griottes ssu
Bouillie froment cacao ssu	Purée pommes	Nectarine (sous réserve)
Pomme	Riz au lait ssu	Purée de fruits
Purée de fruits	Nectarine (sous réserve)	Floraline lait vanille ssu
Nectarine (sous réserve)	Pomme	Pêche (sous réserve)
Pêche (sous réserve)	Orange	Pomme
Orange		Orange
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 au seigle tranché	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain blanc
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>
Carottes râpées	Betteraves à l'ail	Salade pastourelle	Tomate basilic
Pomme de terre sauce tartare	Concombre vinaigrette	Salade bicolore	Potage poireaux p. de terre
Potage de légumes	Potage crécy (carottes) cumin	Potage de légumes	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
Betteraves cuites	Pâté de campagne	Betteraves cuites	Oeufs durs
Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Pâté de campagne		Oeufs durs	
<u>Plats complets</u>	<u>Plats complets</u>	<u>Plats complets</u>	<u>Plats complets</u>
Lasagnes bolognaise	Blettes au boeuf	Salade parmentière de poisson mayonnaise	Paëlla de poisson
Poêlée de légumes aux lardons	<u>Plats</u>	<u>Plats</u>	<u>Plats</u>
	Filet de lieu sauce oseille	Escalope viennoise	Poitrine veau farcie sauce poivre vert
<u>Plats</u>	Poulet paprika	Jambon blanc	Croissant jambon fromage
Oeufs durs béchamel	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus		Jambon blanc
Jambon blanc	<u>Garnitures</u>	<u>Garnitures</u>	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Riz créole	Ratatouille	<u>Garnitures</u>
	Haricots verts	Haricots coco	Haricots verts oignons
<u>Garnitures</u>	Pâtes	Haricots verts	Salade verte
Fondue de poireaux	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes
Haricots verts	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	<u>Laitages</u>	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Fromage frais nature	<u>Laitages</u>	<u>Laitages</u>
Purée pomme de terre	Emmental	Yaourt nature	Petit fromage aux noix
	Camembert	Bûchette mi-chèvre	Yaourt nature
<u>Laitages</u>	Fromage blanc	Camembert	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert
Brie			
Fromage blanc	<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>
	Pêche (sous réserve)	Fromage blanc nature	Fondant chocolat ssu
<u>Desserts</u>	Semoule au lait ssu	Purée de fruits	Purée pomme vanille
Purée pomme fleur d'oranger	Purée de fruits	Tapioca au lait ssu	Semoule au lait ssu
Tapioca au lait ssu	Bouillie de froment café ssu	Orange	Orange
Orange	Pomme	Nectarine (sous réserve)	Pomme
Pomme	Nectarine (sous réserve)	Pêche (sous réserve)	Nectarine (sous réserve)
Pêche (sous réserve)	Orange		Pêche (sous réserve)
Nectarine (sous réserve)		<u>Suppléments</u>	<u>Suppléments</u>
	<u>Suppléments</u>	Petit pain	Petit pain
<u>Suppléments</u>	Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette
Petit pain	1/2 baguette	Baguette	Baguette
1/2 baguette	Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Baguette tradition	Pain blanc	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	1/2 Pain blanc	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	
Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		