



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

SEMAINE N°26 : 26 JUN 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

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Haricots verts vinaigrette sse	Chou-fleur à la grecque sse	Chou blanc vinaigrette 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 complets	Plats	Plats complets
	Couscous poulet sse	Boeuf bourguignon sse	Risotto de volaille printannier sse
		Merlu sauce citron sse	
	Plats	Escalope de poulet au jus	Plats
	Omelette sse	Steak haché veau jus	Rôti de porc au jus sse
	Escalope de poulet au jus		Escalope de poulet au jus
	Steak haché veau jus	Garnitures	Steak haché veau jus
		Purée pomme de terre sse	
	Garnitures	Courgettes braisées sse	Garnitures
	Epinards sse	Carottes au beurre persillé	Petits pois sse
	Mitonnée de légumes	Haricots verts	Haricots verts
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur		
	Laitages	Laitages	Laitages
	Yaourt nature	Petit fromage frais nature	Fromage frais nature
	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
		Fromage blanc	Yaourt nature
	Desserts	Desserts	Desserts
	Entremets chocolat ssu	Pêche (sous réserve)	Clafoutis griottes ssu
	Bouillie froment cacao ssu	Riz au lait ssu	Nectarine (sous réserve)
	Pomme	Purée pommes	Purée de fruits
	Purée de fruits	Nectarine (sous réserve)	Floraline lait vanille ssu
	Nectarine (sous réserve)	Pomme	Pomme
	Pêche (sous réserve)	Orange	Orange
	Orange		Pêche (sous réserve)
	Suppléments	Suppléments	Suppléments
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	1/2 baguette	Baguette	Baguette
	Baguette	Baguette tradition	Baguette
	Baguette tradition	Pain au seigle tranché	Baguette tradition
	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain blanc
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Carottes râpées sse	Betteraves à l'ail sse	Salade pastourelle sse	Tomates basilic sse
Potage de légumes sse	Potage carottes cumin sse	Potage de légumes sse	Potage poireaux pomme de terre sse
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs		Oeufs durs	Oeufs durs
Plats complets	Plats complets	Plats complets	Plats
Tortis bolognaise sse	Blettes au boeuf sse	Salade parmentière poisson sse	Haché veau sauce poivre vert sse
Plats	Plats	Plats	Emincé de poulet au curry sse
Jambon sse	Saumonette sauce oseille sse	Escalope de poulet au jus sse	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Riz créole sse	Ratatouille sse	Haricots verts oignons sse
Poêlée de légumes sse	Haricots verts	Haricots verts	Riz créole sse
Haricots verts	Pâtes	Pâtes	Salade verte
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages	Pomme de terre vapeur
Laitages	Emmental	Yaourt nature	Laitages
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc	Petit fromage aux noix
Fromage blanc	Yaourt nature	Desserts	Yaourt nature
Desserts	Pêche (sous réserve)	Fromage blanc nature	Fromage blanc
Purée pomme fleur d'oranger	Semoule au lait ssu	Purée de fruits	Desserts
Tapioca au lait ssu	Purée de fruits	Tapioca au lait ssu	Fondant chocolat ssu
Orange	Bouillie de froment café ssu	Nectarine (sous réserve)	Purée pomme vanille
Nectarine (sous réserve)	Nectarine (sous réserve)	Orange	Semoule au lait ssu
Pêche (sous réserve)	Pomme	Pêche (sous réserve)	Pêche (sous réserve)
Pomme	Orange	Suppléments	Orange
Suppléments	Suppléments	Petit pain	Nectarine (sous réserve)
Petit pain	Petit pain	1/2 baguette	Pomme
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette	Suppléments
Baguette	Baguette	Baguette tradition	Petit pain
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette blanche tranchée	1/2 baguette
Pain campagne tranché	Pain blanc	Pain campagne tranché	Baguette
Pain céréales tranché	1/2 Pain blanc	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Pain complet tranché	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché
	Pain céréales tranché		Pain complet tranché
	Pain complet tranché		Pain campagne tranché