



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°46 : 09 NOVEMBRE 2020 AU 15 NOVEMBRE 2020

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 23 octobre

Salade fantaisie : céleri,
pomme, ananas, raisin sec
Salade pastourelle : pâte,
tomate, poivron
Potage paysanne : pdt,
carotte, navet, poireau, chou
vert

Chou-blanc à la japonaise :
vinaigrette sauce soja
Salade antillaise : riz, ananas,
tomate, poivron

Potage Dubarry : crème de
chou-fleur, PDT

Sauce marchand de vin : vin
rouge, champignons

Sauce mère : base de
braisage, roux, mère

Sauce bretonne : fumet
poisson, oignons, céleri,
poireaux, champignons

Sce grand-mère : crème,
lardons, champignons,
oignons

Bordelaise : vin rouge,
échalotes et oignons

Sce aurore : crème, tomate,
oignons

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Oeufs durs nature	Betteraves cuites	Surimi	Surimi
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Betteraves cuites	Concombre vinaigrette	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs nature	Oeufs durs nature	Oeufs durs nature
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats
Hachis parmentier	Risotto fermier	Poulet rôti	Poulet rôti
Plats	Plats	Filet colin beurre fondu	Filet colin beurre fondu
Blanquette volaille	Omelette	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Croque monsieur	Boulettes agneau au jus	Jambon blanc	Jambon blanc
Jambon blanc	Escalope de dinde	Steak cru	Steak cru
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Garnitures	Poêlée légumes	Poêlée légumes
Pâtes	Duo haricots persil	Pâtes papillons	Pâtes papillons
Navets	Pâtes	Fondue de poireaux	Fondue de poireaux
Salade verte	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur		Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Haricots verts			
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt aromatisé	Fondu président	Cotentin	Cotentin
Mimolette	Tomme blanche	Carré fromager	Carré fromager
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature	Yaourt nature
Camembert	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé		
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Poire	Bouillie froment fleur oranger	Tarte normande	Tarte normande
Crème citron	Flan nappé caramel	Entremets praliné	Entremets praliné
Liégeois chocolat	Pomme du Verger	Tapioca au lait café	Tapioca au lait café
Riz au lait cannelle	Floraline lait vanille	Purée de fruits	Purée de fruits
Tartelettes pommes	Purée de fruits		
Purée de fruits	Tartelettes pommes	Suppléments	Suppléments
		Petit pain	Petit pain
Suppléments	Suppléments	1/2 baguette	1/2 baguette
Petit pain	Petit pain	Baguette	Baguette
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette	Baguette	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Baguette tradition	Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Salade de pomme de terre v	Haricots verts V	Salade de riz mimolette	Terrine de légumes mayonnaise
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Taboulé
Oeufs durs nature	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Potage de légumes
Betteraves cuites	Oeufs durs nature	Oeufs durs nature	Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats	Plats
Jambon braisé	Filet colin poché citron	Emincé dinde au jus	Escalope porc au jus
Goulash de boeuf	Jambon blanc	Oeufs durs béchamel	Paupiette saumon sauce citron
Clafoutis de légumes	Escalope de dinde	Steak cru	Jambon blanc
Escalope de dinde	Steak cru	Steak haché veau jus	Steak cru
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak cru	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Steak haché veau jus	Pâtes tortis	Carottes persillées	Lentilles
Garnitures	Purée de blettes	Haricots verts	Epinards à la crème
Carottes	Petits pois	Purée pomme de terre	Salsifis persillés
Riz créole	Haricots verts	Pâtes	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Laitages	Pâtes
Pâtes	Laitages	Fraidou	Haricots verts
Haricots verts	Gouda	Camembert	Laitages
Laitages	Fromage blanc	Fromage blanc	Emmental
Fromage frais nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Coulommiers	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Camembert	Desserts	Fromage blanc
Yaourt nature	Desserts	Purée pommes	Camembert
Yaourt aromatisé	Flan vanille	Mousse café	Desserts
Desserts	Poire	Tapioca au lait	Moelleux poire cannelle
Mousse au chocolat	Semoule au lait	Tartelettes pommes	Pomme du Verger
Crème dessert caramel	Tartelettes pommes	Suppléments	Yaourt aromatisé
Bouillie froment vanillée	Purée de fruits	Petit pain	Bouillie froment chocolat
Tartelettes pommes	Suppléments	1/2 baguette	Purée de fruits
Purée de fruits	Petit pain	Baguette	Tartelettes pommes
Suppléments	1/2 baguette	Baguette tradition	Suppléments
Petit pain	Baguette	Pain campagne tranché	Petit pain
1/2 baguette	Baguette tradition	Pain complet tranché	1/2 baguette
Baguette	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Baguette
Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché		Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché		Pain complet tranché
Pain de maïs tranché			Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché			Pain épeautre tranché