



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
	Oeufs durs vinaigrette sse	Betteraves cuites	Surimi
	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
	Betteraves cuites	Concombre vinaigrette	Betteraves cuites
		Oeufs durs vinaigrette sse	Oeufs durs vinaigrette sse
	Plats complets	Plats complets	Plats
	Hachis parmentier	Risotto fermier	Poulet rôti (cuisse)
			Filet colin beurre fondu
	Plats	Plats	Escalope de dinde
	Blanquette volaille	Omelette	Jambon blanc
	Croque monsieur	Boulettes agneau au jus	Steak cru
	Jambon blanc	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	
		Steak haché veau jus	Garnitures
	Garnitures		Poêlée légumes
	Pâtes	Garnitures	Pâtes papillons
	Navets	Duo haricots persil	Fondue de poireaux
	Salade verte	Pâtes	Haricots verts
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts		
		Laitages	Laitages
	Laitages	Fondu président	Cotentin
	Yaourt aromatisé	Tomme blanche	Carré fromager
	Mimolette	Fromage blanc	Fromage blanc
	Yaourt nature	Camembert	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
	Camembert	Yaourt aromatisé	
			Desserts
	Desserts	Desserts	Tarte normande
	Poire	Bouillie froment fleur oranger	Entremets praliné
	Crème citron	Flan nappé caramel	Tapioca au lait café
	Liégeois chocolat	Pomme du Verger	Purée de fruits
	Riz au lait cannelle	Floraline lait vanille	
	Tartelette pommes	Purée de fruits	Suppléments
	Purée de fruits	Tartelette pommes	Petit pain
			1/2 baguette
	Suppléments	Suppléments	Baguette
	Petit pain	Petit pain	Baguette tradition
	1/2 baguette	1/2 baguette	Pain campagne tranché
	Baguette	Baguette	Pain complet tranché
	Baguette tradition	Baguette tradition	Pain de maïs tranché
	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	
	Pain épeautre tranché	Pain de maïs 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 vinaigrette sse	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Potage de légumes
Betteraves cuites	Oeufs durs vinaigrette sse	Oeufs durs vinaigrette sse	Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats	Oeufs durs vinaigrette sse
Jambon braisé	Filet colin poché	Emincé dinde au jus	Plats
Goulash de boeuf	Jambon blanc	Oeufs durs béchamel	Escalope porc au jus
Clafoutis de légumes	Escalope de dinde	Steak cru	Paupiette saumon sauce citron
Escalope de dinde	Steak cru	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak cru
Steak cru	Garnitures	Garnitures	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Pâtes tortis	Carottes persillées	Garnitures
Garnitures	Purée de blettes	Haricots verts	Lentilles
Carottes	Petits pois	Purée pomme de terre	Epinards à la crème
Riz créole	Haricots verts	Pâtes	Salsifis persillés
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Laitages	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Laitages	Fraidou	Pâtes
Haricots verts	Gouda	Camembert	Haricots verts
Laitages	Fromage blanc	Fromage blanc	Laitages
Fromage frais nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Emmental
Coulommiers	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Fromage blanc	Camembert	Desserts	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Desserts	Purée pommes	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Flan vanille	Mousse café	Camembert
Desserts	Poire	Tapioca au lait	Desserts
Mousse au chocolat	Semoule au lait	Tartelette pommes	Moelleux poire cannelle
Crème dessert caramel	Tartelette pommes	Suppléments	Pomme du Verger
Bouillie froment vanillée	Purée de fruits	Petit pain	Yaourt aromatisé
Tartelette pommes	Suppléments	1/2 baguette	Bouillie froment chocolat
Purée de fruits	Petit pain	Baguette	Purée de fruits
Suppléments	1/2 baguette	Baguette tradition	Tartelette pommes
Petit pain	Baguette	Pain campagne tranché	Suppléments
1/2 baguette	Baguette tradition	Pain complet tranché	Petit pain
Baguette	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	1/2 baguette
Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Baguette
Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché		Baguette tradition
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché		Pain campagne tranché
Pain de maïs tranché			Pain complet tranché
Pain épeautre tranché			Pain de maïs tranché
			Pain épeautre tranché