



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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
	Salade fantaisie sse	Betteraves échalotes sse	Chou blanc japonaise sse
	Velouté champignons sse	Potage paysanne sse	Potage de légumes sse
	Salade pastourelle	Concombre vinaigrette	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Oeufs durs nature	Oeufs durs nature
	Oeufs durs nature		
	Plats complets	Plats complets	Plats
	Hachis parmentier sse	Risotto fermier sse	Poulet sauce marchand de vin sse
			Colin beurre fondu sse
	Plats	Plats	Escalope de dinde
	Blanquette volaille sse	Omelette sse	Jambon blanc
	Jambon blanc	Boulettes agneau au jus	Steak cru
	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
		Jambon blanc	
		Steak haché veau jus	
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Navets braisés sse	Duo haricots persil sse	Poêlée de légumes sse
	Salade verte	Flageolets à la tomate	Fondue de poireaux sse
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes papillons
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
	Haricots verts		Pomme de terre vapeur
	Laitages	Laitages	Laitages
	Yaourt aromatisé	Emmental	Cotentin
	Mimolette	Fondu président	Fromage blanc
	Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
		Yaourt aromatisé	
	Desserts	Desserts	Desserts
	Poire	Bouillie froment fleur oranger	Tarte normande
	Crème citron	Flan nappé caramel	Entremets praliné
	Liégeois chocolat	Pomme du Verger	Kiwi
	Riz au lait cannelle	Floraline lait vanille	Tapioca au lait café
	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Purée de fruits
	Purée de fruits	Purée de fruits	Chou à la crème
	Chou à la crème	Tartelettes pommes	
			Suppléments
	Suppléments	Suppléments	Petit pain
	Petit pain	Petit pain	Baguette
	Pain complet tranché	Baguette	Pain complet tranché
	Baguette	Pain complet tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Salade pomme de terre vinaigrette sse	Haricots verts vinaigrette sse	Salade antillaise sse	Emincé carotte chou blanc vinaigrette sse
Crème soubise sse	Potage de légumes sse	Potage dubarry sse	Potage de légumes sse
Carottes râpées	Cervelas V	1/2 Pomelos	Taboulé
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs nature	Betteraves cuites
Oeufs durs nature	Oeufs durs nature		Oeufs durs nature
Plats	Plats	Plats	Plats
Goulash de boeuf sse	Filet colin sauce bretonne sse	Emincé dinde sauce grand-mère sse	Escalope porc au jus sse
Clafoutis aux légumes sse	Jambon sse	Oeufs durs béchamel sse	Sauté volaille sauce aurore sse
Escalope de dinde	Escalope de dinde	Steak cru	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak cru	Steak haché veau jus	Steak cru
Steak cru	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus			
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Chou-fleur béchamel sse	Pâtes tortis sse	Carottes persillées sse	Lentilles sse
Salade verte	Petits pois sse	Haricots verts oignons sse	Salsifis persillés sse
Riz créole	Julienne de légumes	Pâtes	Epinards à la crème
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre sse	Pâtes
Haricots verts			Haricots verts
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Fromage frais nature	Fromage blanc	Fromage blanc	Petit fromage aux noix
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé			Fromage blanc
Desserts	Desserts	Desserts	Camembert
Purée pomme figues	Flan vanille	Purée pommes	Desserts
Mousse au chocolat	Pruneaux au vin	Orange	Moelleux poire cannelle
Crème dessert caramel	Poire	Mousse café	Pomme du Verger
Bouillie froment vanillée	Semoule au lait	Tapioca au lait	Yaourt aromatisé
Chou à la crème	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Bouillie froment chocolat
Tartelettes pommes	Purée de fruits	Chou à la crème	Chou à la crème
	Chou à la crème		Purée de fruits
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Tartelettes pommes
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Suppléments
Baguette	Baguette	Baguette	Petit pain
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Baguette
			Pain complet tranché