



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°47 : 16 NOVEMBRE 2020 AU 22 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 30 octobre

Jeudi : Escapade en
Allemagne

Salade pdt océane : pdt,
colin, crème, ciboulette,
échalotes

Salade Marco polo : pâte,
poivron, surimi

Chou-fleur à la parisienne :
chou-fleur, dés de jambon,
béchamel

Sauce suprême : crème et
champignons

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

Sce aurore : crème, fumet
poisson, tomate, oignons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Céleri sauce fromage blanc sse	Haricots verts vinaigrette sse	Betteraves ciboulette sse
	Potage de poireaux sse	Velouté de légumes anciens sse	Velouté champignons sse
	Salade de lentilles sse	Oeufs durs	Salade de perles citron coriandre
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		
	Plats complets	Plats complets	Plats
	Coquillettes bolognaise sse	Chou-fleur parisienne	Steak haché veau jus sse
			Cake poireau sse
	Plats	Plats	Jambon blanc
	Filet colin sauce citron sse	Poulet sauce suprême sse	Steak cru
	Steak haché veau jus	Oeufs brouillés champignons sse	
	Jambon blanc	Jambon blanc	Garnitures
	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Haricots coco sse
			Salade verte
	Garnitures	Garnitures	Pomme de terre vapeur
	Mitonnée de légumes sse	Petits pois sse	Pâtes
	Haricots verts	Riz créole sse	Haricots verts
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Navets persillés
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	
		Haricots verts	Laitages
	Laitages	Laitages	Yaourt nature
	Emmental	Rondelé nature	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Fromage blanc
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	
	Fromage blanc	Fromage blanc	Desserts
			Entremets vanille
	Desserts	Desserts	Orange
	Mousse au chocolat	Purée pomme myrtille	Mousse au citron
	Pomme du Verger	Liégeois café	Riz au lait
	Fromage blanc crème marrons	Poire	Tartelette pommes
	Chou à la crème	Floraline lait fleur d'oranger	Purée de fruits
	Purée de fruits	Chou à la crème	Chou à la crème
	Tapioca lait cannelle	Tartelette pommes	
	Tartelette pommes		Suppléments
		Suppléments	Petit pain
	Suppléments	Petit pain	1/2 baguette
	Petit pain	1/2 baguette	Baguette
	1/2 baguette	Baguette	Baguette tradition
	Baguette	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché
	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	
	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Chou rouge cuit vinaigrette pommes sse	Pâtes au basilic sse	Carottes râpées sse	Macédoine légumes sse
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse	Potage potiron sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Chou-fleur V	Concombre vinaigrette	
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats
Haricots verts volaille sse	Couscous de poulet	Escalope porc au jus sse	Duo poisson sc crème curcuma sse
Plats	Plats	Emincé dinde jus sse	Jambon sse
Rôti porc sauce prunes sse	Colin sauce aurore sse	Jambon blanc	Rôti agneau aux herbes
Escalope de dinde	Omelette sse	Steak cru	Steak cru
Jambon blanc	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak cru	Jambon blanc		Jambon blanc
Steak haché veau jus	Steak cru	Garnitures	Escalope de dinde
Garnitures	Steak haché veau jus	Choux bruxelles sse	Garnitures
Purée pomme de terre sse	Garnitures	Riz créole sse	Haricots beurre sse
Carottes	Poêlée de légumes sse	Julienne de légumes	Coquillettes sse
Haricots verts	Endives braisées sse	Haricots verts	Salade verte
Pâtes	Haricots verts	Pâtes	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Laitages	Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Purée pomme de terre	Fromage frais nature	Crème anglaise
Cotentin	Laitages	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Desserts	Yaourt aromatisé	Desserts	Desserts
Clafoutis chocolat cerise noires	Desserts	Tapioca au lait	Gâteau de Savoie
Flan nappé caramel	Pomme du Verger	Flan chocolat	Pomme du Verger
Yaourt aromatisé	Entremets café	Ananas au sirop	Liégeois vanille
Semoule au lait café	Crème dessert vanille	Semoule au lait	Bouillie froment cannelle
Tartelette pommes	Chou à la crème	Tartelette pommes	Chou à la crème
Purée de fruits	Floraline lait vanille	Purée de fruits	Purée de fruits
Chou à la crème	Purée de fruits	Chou à la crème	Tartelette pommes
Suppléments	Tartelette pommes	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Suppléments	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	1/2 baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
	Pain épeautre tranché		