



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°48 : 23 NOVEMBRE 2020 AU 29 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 06 novembre

Salade exotique : riz, tomate,  
ananas, maïs

Salade vendéenne : chou  
blanc, raisin sec

Salade soisson : haricots  
blancs, tomate, poivron,  
paprika

Semoule fantaisie : semoule,  
tomate, maïs

Salade coleslaw : émincé  
chou blanc carotte mayo

Potage Dubarry : crème de  
chou-fleur, PDT

Sauce forestière :

champignons, oignon

Gougère au fromage : pâte à  
choux, fromage

Sauce piquante : tomate,  
cornichon, estragon

Clafoutis normand : clafoutis  
au camembert

Sauce chasseur : carotte,  
oignons, champignons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade exotique	Betteraves cuites	Salade vendéenne	Salade vendéenne
Chou rouge V	Salade pâtes basilic	Salade soisson	Salade soisson
Potage de légumes	Velouté champignons	Velouté potiron	Velouté potiron
Pâté de campagne	Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites	Betteraves cuites
	<b>Plats complets</b>		
	Poêlée légumes à la volaille		
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Emincé dinde forestière	Jambonneau sauce moutarde	Boulettes boeuf sc piquante	Boulettes boeuf sc piquante
Gougère au fromage	Sauté de boeuf sauce brune	Pintade façon coq au vin	Pintade façon coq au vin
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Clafoutis normand	Clafoutis normand
Jambon blanc	Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc
		Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Jardinière légumes	Lentilles	Riz pilaf	Riz pilaf
Pomme de terre vapeur	Carottes braisées	Purée de céleri	Purée de céleri
Salade verte	Haricots verts	Fondue de poireaux	Fondue de poireaux
Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes
Haricots verts	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
		Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fromage frais ail fines herbes	Yaourt nature	Brie	Brie
Camembert	Fondu président	Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Camembert		
		<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Oeufs au lait ssu	Oeufs au lait ssu
Purée pommes	Poire	Orange	Orange
Entremets vanille ssu	Semoule lait cannelle ssu	Purée de fruits	Purée de fruits
Tapioca au lait ssu	Purée de fruits	Orange	Orange
Orange	Orange	Bouillie froment cacao ssu	Bouillie froment cacao ssu
Pomme	Kiwi	Kiwi	Kiwi
Poire	Pomme	Poire	Poire
Kiwi		Pomme	Pomme
	<b>Suppléments</b>		
<b>Suppléments</b>	Petit pain	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	1/2 baguette	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	Baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette tradition	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Carottes râpées vinaigre cidre	Macédoine légumes mayo	Pâté de foie	Salade coleslaw
Potage de légumes	Semoule fantaisie	Chou-fleur à la grecque	Salade pdt échalotes
Oeufs durs	Potage crécy	Potage de légumes	Potage dubarry
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		Betteraves cuites
<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Omelette	Parmentier de poisson	Poulet rôti	Gratin poisson légumes
Poitrine veau sc chasseur	Chou vert braisé au boeuf	Colombo de poisson	
Croissant jambon fromage		Tortilla pomme de terre	<b>Plats</b>
Escalope de dinde	<b>Plats</b>	Steak cru	Langue de boeuf sauce madère
Jambon blanc	Rôti porc au jus	Steak haché veau jus	Sauté porc curry
Steak cru	Steak cru	Jambon blanc	Steak cru
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	Jambon blanc	<b>Garnitures</b>	Jambon blanc
Haricots verts oignons	Escalope de dinde	Petits pois fermiers	Escalope de dinde
Coquillettes	<b>Garnitures</b>	Riz créole	
Salade verte	Blettes à la crème	Endives béchamel	<b>Garnitures</b>
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes papillons
Purée pomme de terre	Pâtes	Pâtes	Haricots beurre
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
<b>Laitages</b>	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Gouda	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	
Rondelé au poivre	Yaourt nature	Fromage frais sel Guérande	<b>Laitages</b>
Yaourt nature	Cotentin	Bûchette mi-chèvre	Carré fromager
Fromage blanc	Fromage blanc	Camembert	Fraidou
Camembert		Fromage blanc	Fromage blanc
		Yaourt nature	Yaourt nature
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Moelleux aux pommes ssu	Pomme du Verger	Tapioca lait fleur oranger ssu	Far nature ssu
Kiwi	Crème pâtissière amande ssu	Poire	Semoule lait cacao ssu
Purée pomme mangue	Purée de fruits	Purée de fruits	Orange
Floraline lait vanille ssu	Riz au lait café ssu	Pomme	Purée de fruits
Orange	Kiwi	Orange	Kiwi
Pomme	Orange	Kiwi	Pomme
Poire	Poire		Poire
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché			