



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

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
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade exotique sse	Betteraves vinaigrette sse	Salade vendéenne sse
	Potage de légumes sse	Velouté champignons sse	Velouté de potiron sse
	Chou rouge V	Salade pâtes basilic	Oeufs durs
	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	
	Betteraves cuites		Plats
	Plats	Plats complets	Pintade façon coq au vin sse
	Emincé dinde forestière sse	Poêlée haricots volaille sse	Clafoutis aux légumes sse
	Filet colin sauce citron sse		Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Plats	Jambon blanc
	Jambon blanc	Sauté boeuf sauce brune sse	Steak haché veau jus
		Escalope de dinde	Steak cru
		Jambon blanc	
		Steak haché veau jus	Garnitures
	Garnitures		Riz pilaf sse
	Jardinière de légumes sse	Garnitures	Fondue de poireaux sse
	Pomme de terre vapeur sse	Lentilles sse	Haricots verts
	Salade verte	Carottes braisées	Pâtes
	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Pâtes	
		Pomme de terre vapeur	Laitages
	Laitages		Yaourt nature
	Petit fromage aux noix	Laitages	Fromage blanc
	Fromage blanc	Yaourt nature	
	Yaourt nature	Fondu président	Desserts
		Fromage blanc	Oeufs au lait ssu
		Camembert	Orange
	Desserts		Purée de fruits
	Purée pommes	Desserts	Bouillie froment cacao ssu
	Entremets vanille ssu	Poire	Kiwi
	Kiwi	Semoule lait cannelle ssu	Poire
	Orange	Purée de fruits	Pomme
	Pomme	Orange	
	Poire	Pomme	Suppléments
	Tapioca au lait ssu	Kiwi	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 céréales tranché
	Baguette tradition	Baguette tradition	Pain complet tranché
	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Jambon barquette sans sel
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	
	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	
	Jambon barquette sans sel	Jambon barquette sans sel	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Carottes râpées vinaigre cidre sse	Macédoine légumes sse	Chou-fleur à la grecque sse	Salade coleslaw sse
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse	Potage dubarry sse
Oeufs durs	Semoule fantaisie	Oeufs durs	Salade pdt échalotes
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats	Plats complets
Omelette sse	Parmentier de poisson sse	Poulet rôti sse	Gratin poisson légumes sse
Steak haché veau jus sse	Chou vert braisé au boeuf sse	Omelette sse	
Escalope de dinde		Steak cru	Plats
Jambon blanc	Plats	Steak haché veau jus	Langue boeuf sauce madère sse
Steak cru	Rôti porc au jus	Jambon blanc	Steak cru
	Steak cru		Steak haché veau jus
Garnitures	Steak haché veau jus	Garnitures	Jambon blanc
Haricots verts oignons sse	Jambon blanc	Petits pois sse	Escalope de dinde
Coquillettes sse	Escalope de dinde	Purée épinards sse	
Salade verte		Riz créole	Garnitures
Pomme de terre vapeur	Garnitures	Endives béchamel	Haricots beurre sse
	Blettes à la crème	Haricots verts	Pâtes papillons
Laitages	Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Rondelé	Pâtes	Pomme de terre vapeur	
Yaourt nature	Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages
Fromage blanc		Fromage frais nature	Yaourt nature
	Laitages	Fromage blanc	Fraidou
Desserts	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
Moelleux aux pommes ssu	Cotentin	Desserts	
Purée pomme mangue	Fromage blanc	Tapioca lait fleur oranger ssu	Far nature ssu
Kiwi		Poire	Semoule lait cacao ssu
Floraline lait vanille ssu	Desserts	Purée de fruits	Kiwi
Orange	Pomme du Verger	Pomme	Orange
Pomme	Crème pâtissière amande ssu	Orange	Purée de fruits
Poire	Purée de fruits	Kiwi	Poire
	Riz au lait café ssu		Pomme
Suppléments	Orange	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Poire	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	Kiwi	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette		Baguette	Baguette
Baguette tradition	Suppléments	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Petit pain	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	1/2 baguette	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Baguette	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Baguette tradition	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché	Jambon barquette sans sel	Jambon barquette sans sel
Jambon barquette sans sel	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		
	Pain épeautre tranché		
	Jambon barquette sans sel		