# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

**SEMAINE N°50 : 11 DÉCEMBRE 2023 AU 17 DÉCEMBRE 2023**

**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 24 novembre

*Salade colorée : chou rouge, carottes râpées, radis*
*Salade fantaisie : céleri, pomme, ananas, raisin sec*
*Salade antillaise : riz, ananas, poivrons*
*Potage parmentier : poireaux, pomme de terre, crème*
*Chou-fleur à la parisienne : chou-fleur, dés de jambon, béchamel*
*Potage parmentier : poireaux, pomme de terre, crème*
*Potage paysanne : pdt, carotte, navet, poireau, chou vert*
*Salade colorée : chou rouge, carottes râpées, radis*
*Salade fantaisie : céleri, pomme, ananas, raisin sec*
*Salade coleslaw : émincé chou blanc carotte mayo*
*Salade antillaise : riz, ananas, poivrons*

*Chou-fleur à la parisienne : chou-fleur, dés de jambon, béchamel*
*Oeufs durs florentine : oeufs durs, béchamel, épinards*
*Charcutière : moutarde, tomate, cornichon*
*Sauce marchand de vin : vin rouge, champignons*

| LUNDI | MARDI | MERCREDI |
|---|---|---|
| **Entrées** | **Entrées** | **Entrées** |
| Salade colorée | Macédoine légumes mayo | Carottes râpées ciboulette |
| Potage parmentier | Potage crécy | Potage paysanne |
| Betteraves cuites | Betteraves cuites | Betteraves cuites |
| Carottes râpées | Oeufs durs | Oeufs durs |
| Oeufs durs | Pomme de terre sauce tartare | Taboulé |
| | Carottes râpées | |
| **Plats** | **Plats** | **Plats complets** |
| Jambonneau sauce moutarde | Blanquette volaille | Lasagnes bolognaise |
| Paupiette veau | Quiche lorraine | |
| Cake bleu dés poire | Steak haché veau jus | **Plats** |
| Escalope de poulet au jus | Jambon blanc | Escalope porc charcutière |
| Jambon blanc | Filet lieu sc bercy | Beignets poisson |
| Steak haché veau jus | | Escalope de poulet au jus |
| | **Garnitures** | Jambon blanc |
| **Garnitures** | Riz créole | Steak haché veau jus |
| Haricots verts | Chou-fleur et romanesco | |
| Purée pois cassés | Poireaux béchamel | **Garnitures** |
| Salade verte | Haricots verts | Purée potiron |
| Pâtes | Pâtes | Pâtes |
| Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur | Haricots verts |
| | Purée pomme de terre | Pomme de terre vapeur |
| **Laitages** | | Petits pois |
| Fromage frais ail fines herbes | **Laitages** | |
| Bûchette mi-chèvre | Brie | **Laitages** |
| Camembert | Fondu président | Yaourt nature |
| Fromage blanc | Fromage blanc | Emmental |
| Yaourt nature | Yaourt nature | Camembert |
| | | Fromage blanc |
| **Desserts** | **Desserts** | |
| Semoule au lait café ssu | Entremets vanille ssu | **Desserts** |
| Pomme entière four cannelle ssu | Kiwi | Purée pommes |
| Purée de fruits | Bouillie froment oranger ssu | Orange |
| Riz au lait ssu | Poire | Tapioca lait vanille ssu |
| Pomme | Purée de fruits | Poire |
| Poire | Orange | Pomme |
| Orange | Pomme | Kiwi |
| Kiwi | | |
| | **Suppléments** | **Suppléments** |
| **Suppléments** | Petit pain | Petit pain |
| Petit pain | 1/2 baguette | 1/2 baguette |
| 1/2 baguette | Baguette | Baguette |
| Baguette | Baguette tradition | Baguette rustique |
| Baguette tradition | Boule blanche tranchée | Baguette tradition |
| Boule blanche tranchée | Pain blanc | Boule blanche tranchée |
| Pain blanc | Pain campagne tranché | Pain blanc |
| Pain campagne tranché | Pain céréales tranché | Pain campagne tranché |
| Pain céréales tranché | Pain complet tranché | Pain céréales tranché |
| Pain complet tranché | | Pain complet tranché |

| JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|---|---|---|
| **Entrées** | **Entrées** | **Entrées** | **Entrées** |
| Salade lentilles échalotes | Céleri rapé à la pomme | Betteraves à l'aïl | Salade coleslaw |
| Potage de légumes | Potage potiron | Crème de champignons | Potage poireaux p. de terre |
| Betteraves cuites | Betteraves cuites | Oeufs durs | Betteraves cuites |
| Oeufs durs | Salade pâtes basilic | Radis blanc rémoulade | Oeufs durs |
| Carottes râpées | Oeufs durs | Carottes râpées | Carottes râpées |
| | Carottes râpées | | Salade antillaise |
| **Plats complets** | | **Plats complets** | |
| Chou-fleur parisienne | **Plats complets** | Poêlée légumes à la volaille | **Plats complets** |
| | Parmentier de poisson | | Oeufs durs florentine |
| **Plats** | | **Plats** | |
| Galette garnie volaille champignons | **Plats** | Saucisse de Toulouse | **Plats** |
| Escalope de poulet au jus | Caroline au fromage | Pomme de terre farcie | Langue de boeuf sauce madère |
| Jambon blanc | Jambon blanc | Escalope de poulet au jus | Escalope de poulet au jus |
| Steak haché veau jus | Steak haché veau jus | Jambon blanc | Jambon blanc |
| Frittata petits pois oignons | Escalope de poulet au jus | Steak haché veau jus | Steak haché veau jus |
| | Filet poulet crème | | Filet lieu sauce citron |
| **Garnitures** | | **Garnitures** | |
| Riz pilaf | **Garnitures** | Lentilles | **Garnitures** |
| Julienne de légumes fenouil | Salade verte | Haricots verts | Pâtes tortis |
| Pâtes | Haricots verts | Pâtes | Haricots verts |
| Haricots verts | Pâtes | Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur |
| Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur | Purée pomme de terre | Purée pomme de terre |
| Purée pomme de terre | Purée pomme de terre | Navets | Carottes |
| | Blettes | Céleris braisés | |
| **Laitages** | | | **Laitages** |
| Gouda | **Laitages** | **Laitages** | Petit fromage aux noix |
| Yaourt nature | Carré fromager | Fraidou | Yaourt nature |
| Fromage blanc | Pavé 1/2 sel | Saint Paulin | Fromage blanc |
| | Yaourt nature | Yaourt nature | Camembert |
| **Desserts** | Fromage blanc | Fromage blanc | |
| Moelleux citron ssu | | Camembert | **Desserts** |
| Clémentines | **Desserts** | | Clafoutis nature ssu |
| Purée de fruits | Entremets chocolat ssu | **Desserts** | Tapioca lait cacao ssu |
| Riz au lait ssu | Purée pommes | Bouillie froment oranger ssu | Poire |
| Kiwi | Poire | Purée de fruits | Purée de fruits |
| Poire | Floraline au lait café ssu | Poire | Pomme |
| Pomme | Pomme | Orange | Orange |
| Orange | Orange | Kiwi | Kiwi |
| | Kiwi | | |
| **Suppléments** | | **Suppléments** | **Suppléments** |
| Petit pain | **Suppléments** | Petit pain | Petit pain |
| 1/2 baguette | Petit pain | 1/2 baguette | Petit sucre poudre |
| Baguette | 1/2 baguette | Baguette | 1/2 baguette |
| Baguette tradition | Baguette | Baguette tradition | Baguette |
| Boule blanche tranchée | Baguette rustique | Boule blanche tranchée | Baguette tradition |
| Pain blanc | Baguette tradition | Pain blanc | Boule blanche tranchée |
| Pain campagne tranché | Boule blanche tranchée | Pain campagne tranché | Pain blanc |
| Pain céréales tranché | Pain blanc | Pain céréales tranché | Pain campagne tranché |
| Pain complet tranché | Pain campagne tranché | Pain complet tranché | Pain céréales tranché |
| Pain de maïs tranché | Pain céréales tranché | Pain de maïs tranché | Pain complet tranché |
| | Pain complet tranché | | |