



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

Équilibré 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
			Jambon blanc
			Steak haché veau jus
Garnitures		Garnitures	
Haricots verts		Riz créole	Garnitures
Purée pois cassés		Chou-fleur et romanesco	Purée potiron
Salade verte		Poireaux béchamel	Pâtes
Pâtes		Haricots verts	Haricots verts
Pomme de terre vapeur		Pâtes	Pomme de terre vapeur
		Pomme de terre vapeur	Petits pois
		Purée pomme de terre	
Laitages		Laitages	Laitages
Fromage frais ail fines herbes		Brie	Yaourt nature
Bûchette mi-chèvre		Fondu président	Emmental
Camembert		Fromage blanc	Camembert
Fromage blanc		Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt nature			
Desserts		Desserts	Desserts
Semoule au lait café ssu		Entremets vanille ssu	Purée pommes
Pomme entière four cannelle ssu		Kiwi	Orange
Purée de fruits		Bouillie froment oranger ssu	Tapioca lait vanille ssu
Riz au lait ssu		Poire	Poire
Pomme		Purée de fruits	Pomme
Poire		Orange	Kiwi
Orange		Pomme	
Kiwi			Suppléments
Suppléments		Suppléments	Petit pain
Petit pain		Petit pain	1/2 baguette
1/2 baguette		1/2 baguette	Baguette
Baguette		Baguette	Baguette rustique
Baguette tradition		Baguette tradition	Baguette tradition
Boule blanche tranchée		Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Pain blanc		Pain blanc	Pain blanc
Pain campagne tranché		Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché		Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet 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	Plats complets	Plats complets
Chou-fleur parisienne	Parmentier de poisson	Poêlée légumes à la volaille	Oeufs durs florentine
Plats	Plats	Plats	Plats
Galette garnie volaille champignons	Caroline au fromage	Saucisse de Toulouse	Langue de boeuf sauce madère
Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	Pomme de terre farcie	Escalope de poulet au jus
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Frittata petits pois oignons	Filet poulet crème origan	Steak haché veau jus	Filet lieu sauce citron
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Riz pilaf	Salade verte	Lentilles	Pâtes tortis
Julienne de légumes fenouil	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
Pâtes	Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Carottes
Purée pomme de terre	Blettes	Céleris braisés	
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Gouda	Carré fromager	Fraidou	Petit fromage aux noix
Yaourt nature	Pavé 1/2 sel	Saint Paulin	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
	Fromage blanc	Fromage blanc	Camembert
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Moelleux citron ssu	Entremets chocolat ssu	Pomme du Verger	Clafoutis nature ssu
Clémentines	Purée pommes	Bouillie froment oranger ssu	Tapioca lait cacao ssu
Purée de fruits	Poire	Purée de fruits	Poire
Riz au lait ssu	Floraline au lait café ssu	Poire	Purée de fruits
Kiwi	Pomme	Orange	Pomme
Poire	Orange	Kiwi	Orange
Pomme	Kiwi		Kiwi
Orange			
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	Petit sucre poudre
Baguette	Baguette	Baguette	1/2 baguette
Baguette tradition	Baguette rustique	Baguette tradition	Baguette
Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Baguette tradition
Pain blanc	Boule blanche tranchée	Pain blanc	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain blanc	Pain campagne tranché	Pain blanc
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché