LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

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 : carottes, chou rouge, oignons, radis
Potage parmentier : poireaux, pomme de terre, crème
Potage paysanne : pdt, carotte, navet, poireau, chou vert
Salade fantaisie : céleri, pomme, ananas, raisin sec
Salade coleslaw : émincé chou blanc carotte mayo
Salade antillaise : riz, ananas, poivrons

Sauce bercy : crème, oignons, persil
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 sse		Macédoine légumes sse		Carottes râpées ciboulette sse	
Potage parmentier sse		Potage crécy (carottes) sse		Potage paysanne sse	
Betteraves cuites		Betteraves cuites		Betteraves cuites	
Oeufs durs		Oeufs durs		Oeufs durs	
Carottes râpées		Carottes râpées		Taboulé	
Plats		**Plats**		**Plats complets**	
Steak haché veau jus sse		Blanquette volaille sse		Coquillettes bolognaise sse	
Cake aux légumes sse		Jambon blanc sse		**Plats**	
Escalope de poulet au jus		Steak haché veau jus		Filet de lieu sauce bercy sse	
Garnitures		**Garnitures**		Escalope de poulet au jus	
Haricots verts sse		Riz créole sse		Steak haché veau jus	
Salade verte		Poireaux béchamel sse		**Garnitures**	
Pâtes		Haricots verts		Purée potiron sse	
Pomme de terre vapeur		Pâtes		Navets	
Laitages		Pomme de terre vapeur		Pâtes	
Yaourt nature		Chou-fleur et romanesco		Haricots verts	
Fromage blanc		**Laitages**		Pomme de terre vapeur	
Desserts		Emmental		**Laitages**	
Semoule au lait café ssu		Fromage blanc		Yaourt nature	
Pomme entière four cannelle ssu		Yaourt nature		Emmental	
Purée de fruits		**Desserts**		Fromage blanc	
Riz au lait ssu		Entremets vanille ssu		**Desserts**	
Poire		Bouillie froment oranger ssu		Purée pommes	
Pomme		Kiwi		Orange	
Orange		Purée de fruits		Tapioca lait vanille ssu	
Kiwi		Poire		Kiwi	
Suppléments		Pomme		Pomme	
Petit pain		Orange		Poire	
1/2 baguette		**Suppléments**		**Suppléments**	
Baguette		Petit pain		Petit pain	
Baguette tradition		1/2 baguette		1/2 baguette	
Boule blanche tranchée		Baguette		Baguette	
Pain blanc		Baguette tradition		Baguette rustique	
Pain campagne tranché		Boule blanche tranchée		Baguette tradition	
Pain céréales tranché		Pain blanc		Boule blanche tranchée	
Pain complet tranché		Pain campagne tranché		Pain blanc	
		Pain céréales tranché		Pain campagne tranché	
		Pain complet tranché		Pain céréales tranché	
				Pain complet tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	**Entrées**	**Entrées**	**Entrées**
Salade de lentilles échalotes sse	Céleri râpée pomme sse	Betteraves à l'ail sse	Salade coleslaw sse
Potage de légumes sse	Potage potiron sse	Crème champignons sse	Potage poireaux pomme de terre sse
Betteraves cuites	Pâtes au basilic sse	Oeufs durs	Betteraves cuites
Oeufs durs	Betteraves cuites	Carottes râpées	Oeufs durs
Carottes râpées	Oeufs durs		Carottes râpées
	Carottes râpées	**Plats complets**	
Plats		Poêlée de légumes à la volaille sse	**Plats complets**
Rôti de porc au jus sse	**Plats complets**		Oeufs durs florentine sse
Frittata petits pois oignons sse	Parmentier de poisson sse	**Plats**	
Escalope de poulet au jus		Sauté de porc au jus sse	**Plats**
Steak haché veau jus	**Plats**	Escalope de poulet au jus	Langue boeuf sauce madère sse
	Filet poulet crème origan sse	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Garnitures	Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
Chou-fleur sse	Escalope de poulet au jus	**Garnitures**	
Riz pilaf sse		Lentilles sse	**Garnitures**
Pâtes	**Garnitures**	Haricots verts	Pâtes tortis sse
Haricots verts	Blettes braisées sse	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Julienne de légumes fenouil	Haricots verts	Céleris braisés	Carottes
	Pâtes		
Laitages	Pomme de terre vapeur	**Laitages**	**Laitages**
Yaourt nature		Fromage frais nature	Petit fromage aux noix
Fromage blanc	**Laitages**	Yaourt nature	Yaourt nature
	Petit fromage frais nature	Fromage blanc	Fromage blanc
Desserts	Yaourt nature		
Moelleux citron ssu	Fromage blanc	**Desserts**	**Desserts**
Clémentines		Bouillie froment oranger ssu	Clafoutis nature ssu
Riz au lait ssu	**Desserts**	Purée de fruits	Tapioca lait cacao ssu
Kiwi	Entremets chocolat ssu	Poire	Poire
Purée de fruits	Floraline au lait café ssu	Orange	Purée de fruits
Orange	Purée pommes	Kiwi	Pomme
Pomme	Poire		Orange
Poire	Pomme	**Suppléments**	Kiwi
	Orange	Petit pain	
Suppléments	Kiwi	1/2 baguette	**Suppléments**
Petit pain		Baguette	Petit pain
1/2 baguette	**Suppléments**	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette	Petit pain	Boule blanche tranchée	Baguette
Baguette tradition	1/2 baguette	Pain blanc	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Baguette	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée
Pain blanc	Baguette rustique	Pain céréales tranché	Pain blanc
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain blanc		Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché		
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		