



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°51 : 18 DÉCEMBRE 2023 AU 24 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 01 décembre

Dimanche 24 Décembre :  
Noël

Semoule fantaisie : semoule,  
tomate, maïs

Crème soubise : crème,  
oignons

Salade pastourelle : pâte,  
tomate, poivron

Salade exotique : riz, tomate,  
ananas, maïs

Riz cantonnais : riz, dés de  
jambon, petits pois, oeufs,  
carotte, oignon

Pizza royale : tomate, jambon  
blanc, fromage

Calamars à la romaine :

Lamelles d'encornets panées

Clafoutis d'Automne :

champignons, panais

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

Polenta : farine de maïs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Semoule fantaisie	Crêpe au fromage	Carottes râpées vinaigre cidre
	Poireaux V	Céleri rémoulade curry	Velouté de lentilles corail
	Crème soubise	Potage de légumes	Salade pomme de terre moutarde à l'ancienne
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Carottes râpées	Carottes râpées	
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Riz cantonnais	Choucroute	Farfalles à la bolognaise
			Cassolette poisson légumes
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Emincé de dinde chasseur	Clafoutis au potiron	Escalope de poulet au jus
	Pizza royale	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
	Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
	Escalope de poulet au jus		
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Poêlée légumes	Purée d'épinards	Blettes ail persil
	Salade verte	Salade verte	Haricots verts
	Haricots verts	Pâtes	Pâtes
	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	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>
	Coulommiers	Yaourt nature	Pavé 1/2 sel
	Yaourt nature	Emmental	Edam
	Fromage blanc	Camembert	Camembert
		Fromage blanc	Fromage blanc
			Yaourt nature
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Crème au citron ssu	Purée pomme cannelle	Entremets vanille ssu
	Clémentines	Poire	Semoule au lait café ssu
	Orange	Kiwi	Pomme du Verger
	Purée de fruits	Tartelette pommes	Purée de fruits
	Floraline lait vanille ssu	Riz au lait ssu	Orange
	Kiwi	Orange	Kiwi
	Poire	Pomme	Poire
	Pomme		
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
	Baguette	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
	Baguette tradition	Pain blanc	Pain blanc
	Pain blanc	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Betteraves cuites	Duo de chou V	Haricots verts échalotes	Galantine volaille
Potage de légumes	Salade pastourelle	Salade exotique	Crème de pois cassés
Oeufs durs	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Chou-fleur vinaigrette
Carottes râpées	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
<b>Plats</b>	Pâté de campagne	Oeufs durs	Carottes râpées
Rôti porc au jus	Carottes râpées	Carottes râpées	
Goulash de boeuf			<b>Plats</b>
Croisillons aux champignons	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	Duo poisson sc crème curcuma
Escalope de poulet au jus	Céleri au boeuf	Couscous de poulet	Boudin blanc sauce crème
Jambon blanc			Echine demi-sel
Steak haché veau jus	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Escalope de poulet au jus
	Filet de lieu sauce oseille	Jambon braisé	Jambon blanc
<b>Garnitures</b>	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Petits pois	Jambon blanc	Steak haché veau jus	
Polenta crémeuse	Steak haché veau jus	Oeufs brouillés	
Salade verte			<b>Garnitures</b>
Pâtes	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Carottes
Haricots verts	Riz créole	Purée pomme de terre	Purée de patate douce
Pomme de terre vapeur	Navets	Julienne de légumes	Lentilles
Purée pomme de terre	Haricots verts	Endives béchamel	Pâtes
	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Fondu président	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Fromage frais ail fines herbes			
Camembert	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fromage blanc	Petit fromage aux noix	Yaourt nature	Petit fromage frais nature
Yaourt nature	Camembert	Gouda	Mimolette
	Fromage blanc	Fromage blanc	Camembert
<b>Desserts</b>	Yaourt nature	Camembert	Fromage blanc
Moelleux vanille ssu	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Yaourt nature
Yaourt nature	Fromage blanc myrtille	Pomme du Verger	
Purée pommes	Tapioca au lait ssu	Bouillie froment ssu	<b>Desserts</b>
Riz au lait vanillé ssu	Poire	Purée de fruits	Moelleux sans sucre
Poire	Purée de fruits	Poire	Fondant poire et épices de Noël ssu
Pomme	Pomme	Orange	Kiwi
Orange	Orange	Kiwi	Orange
Kiwi	Kiwi		Purée de fruits
		<b>Suppléments</b>	Poire
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Petit pain	Pomme
Petit pain	Petit pain	1/2 baguette	Floraline lait ssu
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette	
Baguette	Baguette	Baguette tradition	<b>Suppléments</b>
Baguette tradition	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Petit pain
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Pain blanc	1/2 baguette
Pain blanc	Pain blanc	Pain campagne tranché	Baguette
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain blanc
Pain de maïs tranché		Douzaine coquilles escargots	Pain campagne tranché
		Douzaine croquilles d'escargots beurre ail persil	Pain céréales tranché
		Douzaine mini-bouchées escargots	Pain complet tranché