



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

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

*Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs*

*Crème soubise : crème,
oignons*

*Salade pastourielle : 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
Entrées	Entrées	Entrées
Semoule fantaisie sse	Céleri rémoulade curry sse	Carottes râpées vinaigre cidre sse
Crème soubise sse	Potage de légumes sse	Velouté de lentilles corail sse
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Carottes râpées	Carottes râpées	
Plats complets	Plats	Plats complets
Riz cantonnais sse	Escalope porc au jus sse	Farfalles bolognaise sse
	Clafoutis au potiron sse	Cassolette de poisson aux légumes sse
Plats	Escalope de poulet au jus	
Emincé dinde sauce chasseur sse	Steak haché veau jus	Plats
Steak haché veau jus		Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Garnitures	Steak haché veau jus
	Pomme de terre vapeur sse	
Garnitures	Salade verte	Garnitures
Poêlée de légumes sse	Pâtes	Blettes ail persil
Salade verte	Haricots verts	Haricots verts
Haricots verts		Pâtes
Pâtes	Laitages	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Yaourt nature	
	Emmental	Laitages
Laitages	Fromage blanc	Emmental
Yaourt nature		Fromage blanc
Fromage blanc	Desserts	Yaourt nature
	Purée pomme cannelle	
Desserts	Poire	Desserts
Crème au citron ssu	Kiwi	Entremets vanille ssu
Clémentines	Riz au lait ssu	Semoule au lait café ssu
Purée de fruits	Pomme	Pomme du Verger
Floraline lait vanille ssu	Orange	Purée de fruits
Orange	Suppléments	Poire
Poire	Petit pain	Orange
Pomme	1/2 baguette	Kiwi
Kiwi	Baguette	
	Baguette tradition	Suppléments
Suppléments	Boule blanche tranchée	Petit pain
Petit pain	Pain blanc	1/2 baguette
1/2 baguette	Pain campagne tranché	Baguette
Baguette	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Baguette tradition	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée
Pain blanc		Pain blanc
Boule blanche tranchée		Pain campagne tranché
Pain campagne tranché		Pain céréales tranché
Pain céréales tranché		Pain complet tranché
Pain complet tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves vinaigrette sse	Duo chou rouge et blanc sse	Haricots verts échalotes sse	Chou-fleur vinaigrette sse
Potage de légumes sse	Potage poireaux pomme de terre sse	Potage de légumes sse	Crème pois cassés sse
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Carottes râpées	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées
Plats	Plats complets	Plats complets	Plats
Rôti de porc au jus sse	Céleri au boeuf sse	Couscous poulet sse	Duo poisson sc crème curcuma sse
Emincé de poulet sauce suprême sse			Sauté de porc à la crème sse
Escalope de poulet au jus	Plats	Plats	Escalope de poulet au jus
Steak haché veau jus	Filet de lieu sauce oseille sse	Jambon blanc sse	Steak haché veau jus
	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	
Garnitures	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
Petits pois sse			Garnitures
Polenta crémeuse sse	Garnitures	Garnitures	Carottes sse
Salade verte	Riz créole sse	Endives béchamel sse	Purée de patate douce sse
Pâtes	Navets	Julienne de légumes	Pâtes
Haricots verts	Haricots verts	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Fromage frais nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature	Petit fromage frais nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt nature		Yaourt nature
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Moelleux vanille ssu	Fromage blanc myrtille	Pomme du Verger	Moelleux sans sucre
Yaourt nature	Tapioca au lait ssu	Bouillie froment ssu	Fondant poire et épices de Noël ssu
Riz au lait vanillé ssu	Purée de fruits	Purée de fruits	Kiwi
Poire	Pomme	Orange	Orange
Purée pommes	Poire	Kiwi	Purée de fruits
Pomme	Orange	Poire	Floraline lait ssu
Orange	Kiwi		Poire
Kiwi		Suppléments	Pomme
	Suppléments	Petit pain	
Suppléments	Petit pain	1/2 baguette	Suppléments
Petit pain	1/2 baguette	Baguette	Petit pain
1/2 baguette	Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Baguette
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Pain blanc	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Pain blanc	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée
Pain blanc	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain blanc
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché			Pain complet tranché
Pain de maïs tranché			