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

Equilibré 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 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*	
Entrées		**Entrées**		**Entrées**	
Semoule fantaisie sse		Céleri rémoulade cumin 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	
Plats		Clafoutis au potiron sse		Cassolette de poisson aux légumes sse	
Emincé dinde sauce chasseur sse		Escalope de poulet au jus		**Plats**	
Steak haché veau jus		Steak haché veau jus		Escalope de poulet au jus	
Escalope de poulet au jus		**Garnitures**		Steak haché veau jus	
Garnitures		Pomme de terre vapeur sse		**Garnitures**	
Poêlée de légumes sse		Salade verte		Blettes ail persil	
Salade verte		Pâtes		Haricots verts	
Haricots verts		Haricots verts		Pâtes	
Pâtes		**Laitages**		Pomme de terre vapeur	
Pomme de terre vapeur		Yaourt nature		**Laitages**	
Laitages		Emmental		Emmental	
Yaourt nature		Fromage blanc		Fromage blanc	
Fromage blanc		**Desserts**		Yaourt nature	
Desserts		Purée pomme cannelle		**Desserts**	
Crème au citron ssu		Poire		Entremets vanille ssu	
Clémentines		Kiwi		Semoule au lait café ssu	
Purée de fruits		Riz au lait ssu		Purée de fruits	
Floraline lait vanille ssu		Pomme		Poire	
Orange		Orange		Orange	
Poire		**Suppléments**		Kiwi	
Pomme		Petit pain		**Suppléments**	
Kiwi		1/2 baguette		Petit pain	
Suppléments		Baguette		1/2 baguette	
Petit pain		Baguette tradition		Baguette	
1/2 baguette		Boule blanche tranchée		Baguette tradition	
Baguette		Pain blanc		Boule blanche tranchée	
Baguette tradition		Pain campagne tranché		Pain blanc	
Pain blanc		Pain céréales tranché		Pain campagne tranché	
Boule blanche tranchée		Pain complet tranché		Pain céréales tranché	
Pain campagne tranché				Pain complet tranché	
Pain céréales 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			
Rôti de porc au jus sse	**Plats complets**	**Plats complets**	**Plats**
Emincé de poulet sauce suprême mixé	Céleri au boeuf sse	Couscous poulet sse	Duo poisson sc crème curcuma sse
Escalope de poulet au jus			Sauté de porc à la crème sse
Steak haché veau jus	**Plats**	**Plats**	Escalope de poulet au jus
	Filet de lieu sauce oseille sse	Jambon blanc sse	Steak haché veau jus
Garnitures	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	
Petits pois sse	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	**Garnitures**
Polenta crémeuse sse			Carottes sse
Salade verte	**Garnitures**	**Garnitures**	Purée de patate douce sse
Pâtes	Riz créole sse	Endives béchamel sse	Pâtes
Haricots verts	Navets	Julienne de légumes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Pâtes	Haricots verts	
Laitages	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	**Laitages**
Fromage frais nature			Petit fromage frais nature
Fromage blanc	**Laitages**	**Laitages**	Fromage blanc
Yaourt nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature	Yaourt nature
	Fromage blanc	Fromage blanc	
Desserts	Yaourt nature		**Desserts**
Moelleux vanille ssu		**Desserts**	Moelleux sans sucre
Yaourt nature	**Desserts**	Bouillie froment ssu	Kiwi
Riz au lait vanillé ssu	Fromage blanc myrtille	Purée de fruits	Orange
Poire	Tapioca au lait ssu	Orange	Purée de fruits
Purée pommes	Purée de fruits	Kiwi	Floraline lait ssu
Pomme	Pomme	Poire	Poire
Orange	Poire		Pomme
Kiwi	Orange	**Suppléments**	
	Kiwi	Petit pain	**Suppléments**
Suppléments		1/2 baguette	Petit pain
Petit pain	**Suppléments**	Baguette	1/2 baguette
1/2 baguette	Petit pain	Baguette tradition	Baguette
Baguette	1/2 baguette	Boule blanche tranchée	Baguette tradition
Baguette tradition	Baguette	Pain blanc	Boule blanche tranchée
Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain blanc
Pain blanc	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain campagne tranché	Pain blanc	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché		
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché		