



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 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 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	Garnitures
Petits pois sse			Carottes sse
Polenta crémeuse sse	Garnitures	Garnitures	Purée de patate douce sse
Salade verte	Riz créole sse	Endives béchamel sse	Pâtes
Pâtes	Navets	Julienne de légumes	Haricots verts
Haricots verts	Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts	
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Laitages
Laitages	Laitages	Laitages	Petit fromage frais nature
Fromage frais nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature		
	Desserts	Desserts	Desserts
Desserts	Fromage blanc myrtille	Pomme du Verger	Moelleux sans sucre
Moelleux vanille ssu	Tapioca au lait ssu	Bouillie froment ssu	Kiwi
Yaourt nature	Purée de fruits	Purée de fruits	Orange
Riz au lait vanillé ssu	Pomme	Orange	Purée de fruits
Poire	Poire	Kiwi	Floraline lait ssu
Purée pommes	Orange	Poire	Poire
Pomme	Kiwi		Pomme
Orange		Suppléments	
Kiwi	Suppléments	Petit pain	Suppléments
	Petit pain	1/2 baguette	Petit pain
Suppléments	1/2 baguette	Baguette	1/2 baguette
Petit pain	Baguette	Baguette tradition	Baguette
1/2 baguette	1/2 baguette	Boule blanche tranchée	Baguette tradition
Baguette	Baguette	Pain blanc	Boule blanche tranchée
Baguette tradition	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain blanc
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain blanc	Pain blanc	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché		
Pain complet tranché	Pain complet tranché		
Pain de maïs tranché			