LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°52 : 25 DÉCEMBRE 2023 AU 31 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 08 décembre

Salade western : haricots rouges, maïs, poivron
Salade exotique : riz, tomate, ananas, maïs
Crème soubise : crème, oignons

Sauce normande : crème, champignons, oignons

Poêlée festive : haricots plats, carottes, pleurotes

LUNDI

Entrées
- Velouté champignons
- Betteraves cuites
- Oeufs durs
- Carottes râpées
- Rillettes sardines citron vert

Plats complets
- Pâtes à la parisienne

Plats
- Cuisse canette au jus
- Lieu sauce moutarde orange
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus
- Escalope de poulet au jus

Garnitures
- Poêlée festive
- Haricots verts
- Pâtes
- Pomme de terre vapeur
- Purée pomme de terre
- Riz pilaf

Laitages
- Cantal
- Yaourt nature
- Fromage blanc
- Camembert

Desserts
- Panna cotta ssu
- Clémentines
- Pomme
- Orange
- Poire
- Bouillie froment oranger ssu
- Purée de fruits

Suppléments
- Petit pain
- 1/2 baguette
- Baguette
- Baguette tradition
- Boule blanche tranchée
- Pain blanc
- Pain campagne tranché
- Pain céréales tranché
- Pain complet tranché

MARDI

Entrées
- Betteraves cuites
- Potage dubarry
- Oeufs durs
- Carottes râpées

Plats
- Boulettes de boeuf sauce marchand de vin
- Omelette
- Escalope de poulet au jus
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus

Garnitures
- Navets
- Purée pomme de terre
- Haricots verts
- Pomme de terre vapeur
- Pâtes tortis
- Poireaux béchamel

Laitages
- Fromage frais ail fines herbes
- Yaourt nature
- Fromage blanc
- Coulommiers

Desserts
- Semoule au lait rhum ssu
- Poire
- Orange
- Purée de fruits
- Riz au lait ssu

Suppléments
- Petit pain
- 1/2 baguette
- Baguette
- Baguette tradition
- Boule blanche tranchée
- Pain campagne tranché
- Pain céréales tranché
- Pain complet tranché
- Pain blanc

MERCREDI

Entrées
- Carottes cuites
- Potage de légumes
- Betteraves cuites
- Oeufs durs
- Salade antillaise

Plats complets
- Cassoulet

Plats
- Filet lieu sauce citron
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus
- Rognons boeuf sauce madère

Garnitures
- Julienne de légumes
- Pâtes
- Haricots verts
- Pomme de terre vapeur
- Purée pomme de terre
- Haricots verts oignons

Laitages
- Brie
- Yaourt nature
- Fromage blanc

Desserts
- Entremets vanille ssu
- Tapioca au lait ssu
- Pomme
- Orange
- Poire
- Purée de fruits

Suppléments
- Petit pain
- 1/2 baguette
- Baguette
- Baguette tradition
- Boule blanche tranchée
- Pain campagne tranché
- Pain céréales tranché
- Pain complet tranché
- Pain blanc

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	**Entrées**	**Entrées**	**Entrées**
Haricots verts échalotes	Macédoine légumes mayo	Chou-fleur vinaigrette	Betteraves ciboulette
Potage crécy	Crème soubise	Potage de légumes	Velouté lentilles butternut
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Carottes râpées
Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées	Haricots beurre
		Salade western	
Plats complets	**Plats complets**		**Plats**
Raviolis boeuf sauce tomate	Risotto de volaille printannier	**Plats**	Paupiette de veau sauce au poivre
Plats	**Plats**	Poulet rôti (cuisse)	Filet saumon sauce à l'aneth
Emincé dinde sauce blanquette	Colin pané	Tarte au fromage	Escalope de poulet au jus
Jambon sauce porto	Croissant jambon fromage	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Sauté de porc au thym
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Palette de porc sauce normande	
			Garnitures
Garnitures	**Garnitures**	**Garnitures**	Jardinière légumes
Chou-fleur	Purée potiron	Coquillettes	Pommes noisettes
Pâtes	Céléris braisés	Epinards à la crème	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
Purée pomme de terre	Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
		Purée pomme de terre	Polenta crémeuse
		Carottes	
Laitages	**Laitages**	**Laitages**	**Laitages**
Fondu président	Mimolette	Fromage frais sel Guérande	Fraidou
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
Camembert	Camembert	Camembert	Camembert
Gouda	Pavé 1/2 sel		
Desserts	**Desserts**	**Desserts**	**Desserts**
Far nature ssu	Crème pâtissière rhum ssu	Purée pommes	Moelleux fruits rouges ssu
Kiwi	Purée de fruits	Orange	Oeufs au lait au cointreau ssu
Purée de fruits	Orange	Pomme	Riz au lait ssu
Floraline lait vanille ssu	Poire	Semoule au lait ssu	Purée de fruits
Orange	Kiwi	Kiwi	Orange
Poire	Bouillie froment ssu	Poire	Kiwi
			Poire
Suppléments	**Suppléments**	**Suppléments**	**Suppléments**
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain blanc	Pain de maïs tranché	
	1/2 Pain blanc	Douzaine coquilles escargots	
		Douzaine croquilles d'escargots beurre ail persil	
		Douzaine mini-bouchées escargots	