LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°1 : 01 JANVIER 2024 AU 07 JANVIER 2024

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 15 décembre

Semoule fantaisie : semoule, tomate, maïs
Salade du léon : chou-fleurs, maïs
Potage paysanne : pdt, carotte, navet, poireau, chou vert
Perles à l'orientale : perles, coriandre, citron

Sauce Mornay : béchamel, jaune d'œuf, fromage
Boeuf mironton : sauce oignons, cornichons
Pizza royale : tomate, jambon blanc, fromage
Sce Vallée d'Auge : crème, cidre, pomme, oignons

Rosti de légumes ; galette de légumes
Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

Purée pomme fruits des montagnes : pomme, myrtille, airelle

LUNDI

Entrées
- Mousson de canard et chutney aux figues
- Terrine de saumon sauce crème ciboulette
- Velouté de légumes anciens
- Betteraves cuites
- Carottes râpées
- Oeufs durs

Plats
- Filet mignon de porc sauce crème aux baies roses
- Dorade sauce armoricaine
- Chou farci
- Escalope de poulet au jus
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus

Garnitures
- Rosti de légumes
- Purée potiron
- Riz pilaf
- Haricots verts
- Pâtes
- Pomme de terre vapeur

Laitages
- Tomme grise
- Saint Nectaire
- Camembert
- Fromage blanc
- Yaourt nature
- Yaourt aromatisé

Desserts
- Mille-feuille
- Mille-feuille
- Clémentines
- Tapioca lait vanille
- Purée de fruits
- Chou à la crème
- Tartelette pommes

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

MARDI

Entrées
- Macédoine légumes mayo
- Salade pomme de terre échalotes
- Potage de légumes
- Betteraves cuites
- Pâté de campagne
- Oeufs durs
- Carottes râpées

Plats
- Emincé dinde curry
- Omelette
- Jambon blanc
- Escalope de poulet au jus
- Steak haché veau jus

Garnitures
- Pâtes tortis
- Chou-fleur et romanesco
- Endives béchamel
- Haricots verts
- Pomme de terre vapeur
- Purée pomme de terre

Laitages
- Fraidou
- Gouda
- Yaourt nature
- Yaourt aromatisé
- Fromage blanc
- Camembert

Desserts
- Liégeois café
- Entremets praliné
- Purée de fruits
- Chou à la crème
- Tartelette pommes
- Bouillie froment café

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

MERCREDI

Entrées
- Carottes cuites au cumin
- Betteraves à l'aïl
- Potage à l'oseille
- Pâté de campagne
- Oeufs durs

Plats complets
- Parmentier de poisson

Plats
- Quenelle veau sauce mornay
- Sauté porc à la sauge
- Escalope de poulet au jus
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus

Garnitures
- Haricots verts persillés
- Semoule
- Pâtes
- Pomme de terre vapeur
- Purée pomme de terre

Laitages
- Rondelé nature
- Camembert
- Fromage blanc
- Yaourt nature
- Yaourt aromatisé

Desserts
- Riz au lait caramel
- Flan vanille
- Poire
- Semoule au lait
- Purée de fruits
- Tartelette pommes
- Chou à la crème

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

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	**Entrées**	**Entrées**	**Entrées**
Chou-fleur vinaigrette	Semoule fantaisie	Saucisson ail	Betteraves à l'orange ciboulette
Salade pâtes basilic	Haricots verts et champignons ail et persil	Salade du léon	Perles à l'orientale
Potage potiron	Potage de légumes	Potage paysanne	Potage de légumes
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Carottes râpées
Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées	Pâté de campagne
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs
Oeufs durs	Oeufs durs		
		Plats	**Plats complets**
Plats complets	**Plats**	Poulet sauce Vallée d'Auge	Blettes à la volaille
Pomme de terre savoyarde	Beignets poisson	Filet de lieu sauce tajine	
	Echine de porc moutarde	Tarte chèvre	**Plats**
Plats	Pizza royale	Jambon blanc	Palette de porc aux oignons
Sauté de boeuf mironton	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Croque monsieur
Clafoutis aux carottes cumin	Jambon blanc		Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	**Garnitures**	Jambon blanc
Jambon blanc		Poêlée légumes	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	**Garnitures**	Riz créole	
	Fondue de poireaux	Epinards à la crème	**Garnitures**
Garnitures	Lentilles	Haricots verts	Purée de céleri
Navets	Julienne de légumes	Pâtes	Salade verte
Salsifis persillés	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pâtes
Pâtes	Purée pomme de terre		Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	**Laitages**	
Purée pomme de terre		Pavé 1/2 sel	**Laitages**
	Laitages	Bleu d'Auvergne	Fromage frais sel Guérande
Laitages	Brie	Camembert	Yaourt nature
Yaourt nature	Fondu président	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Fromage frais ail fines herbes	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
Camembert	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Camembert
Fromage blanc	Fromage blanc		
Yaourt aromatisé		**Desserts**	**Desserts**
	Desserts	Crème pâtissière café	Galette des Rois
Desserts	Kiwi	Clémentines	Liégeois chocolat
Purée pomme fruits des montagnes	Entremets pistache	Yaourt aromatisé	Purée de fruits
Mousse au chocolat	Pomme entière cuite au four	Tapioca lait chocolat	Floraline lait fleur d'oranger
Orange	Purée de fruits	Purée de fruits	Chou à la crème
Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème	Tartelette pommes
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes	
Riz au lait	Bouillie froment vanillée		**Suppléments**
		Suppléments	Petit pain
Suppléments	**Suppléments**	Petit pain	Petit sucre poudre
Petit pain	Petit pain	Petit sucre poudre	1/2 baguette
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	1/2 baguette	Baguette
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette	Baguette tradition
Baguette	Baguette	Baguette tradition	Boule blanche tranchée
Baguette tradition	Baguette rustique	Boule blanche tranchée	Pain blanc
Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Pain blanc	Pain campagne tranché
Pain blanc	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	
Pain complet tranché	Pain blanc	Pain de maïs tranché	
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché		