



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 lion : 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	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Mousson de canard et chutney aux figues	Macédoine légumes mayo	Carottes cuites au cumin
	Terrine de saint jacques sauce aneth	Salade pomme de terre échalotes	Betteraves à l'ail
	Velouté de légumes anciens	Potage de légumes	Potage à l'oseille
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Pâté de campagne
	Carottes râpées	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Oeufs durs	Oeufs durs	
		Carottes râpées	Plats complets
	Plats	Plats	Parmentier de poisson
	Filet mignon de porc sauce crème aux baies roses	Emincé dinde curry	Plats
	Dorade sauce armoricaine	Omelette	Quenelle veau sauce mornay
	Chou farci	Jambon blanc	Sauté porc à la sauge
	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
		Garnitures	Garnitures
	Garnitures	Pâtes tortis	Haricots verts persillés
	Rosti de légumes	Chou-fleur et romanesco	Semoule
	Purée potiron	Endives béchamel	Pâtes
	Riz pilaf	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pâtes	Purée pomme de terre	
	Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages
		Fraidou	Rondelé nature
	Laitages	Gouda	Camembert
	Tomme grise	Yaourt nature	Fromage blanc
	Saint Nectaire	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
	Camembert	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Camembert	
	Yaourt nature	Desserts	Desserts
	Yaourt aromatisé	Pomme du Verger	Riz au lait caramel
		Liégeois café	Flan vanille
	Desserts	Entremets praliné	Poire
	Mille-feuille	Purée de fruits	Semoule au lait
	Mille-feuille	Chou à la crème	Purée de fruits
	Clémentines	Tartelette pommes	Tartelette pommes
	Tapioca lait vanille	Bouillie froment café	Chou à la crème
	Purée de fruits		
	Chou à la crème	Suppléments	Suppléments
	Tartelette pommes	Petit pain	Petit pain
		Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
	Suppléments	1/2 baguette	1/2 baguette
	Petit pain	Baguette	Baguette
	Petit sucre poudre	Baguette tradition	Baguette tradition
	1/2 baguette	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
	Baguette	Pain blanc	Pain blanc
	Baguette	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	Pain complet tranché
	Pain blanc		
	Pain campagne tranché		
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		

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