LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

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		*MARDI*		*MERCREDI*	
Entrées		**Entrées**		**Entrées**	
Mousson de canard et chutney aux figues		Pomme de terre vinaigrette		Carottes cuites au cumin	
Potage de légumes		Potage de légumes		Potage à l'oseille	
Terrine de saumon sauce crème ciboulette		Betteraves cuites		Oeufs durs	
Betteraves cuites		Oeufs durs			
Oeufs durs				**Plats complets**	
		Plats		Parmentier de poisson	
Plats		Emincé dinde au jus			
Filet mignon de porc au jus		Jambon blanc		**Plats**	
Dorade sauce armoricaine		Escalope de poulet au jus		Quenelle veau sauce mornay	
Escalope de poulet au jus		Omelette		Sauté porc à la sauge	
Jambon blanc		Steak haché veau jus		Escalope de poulet au jus	
Steak haché veau jus				Jambon blanc	
		Garnitures		Steak haché veau jus	
Garnitures		Pâtes tortis			
Purée potiron		Endives béchamel		**Garnitures**	
Riz pilaf		Haricots verts		Haricots verts persillés	
Haricots verts		Pomme de terre vapeur		Semoule	
Pâtes		Purée pomme de terre		Pâtes	
Pomme de terre vapeur				Pomme de terre vapeur	
		Laitages		Purée pomme de terre	
Laitages		Fraidou			
Tomme grise		Gouda		**Laitages**	
Fromage blanc		Yaourt nature		Rondelé nature	
Yaourt nature		Yaourt aromatisé		Fromage blanc	
Yaourt aromatisé		Fromage blanc		Yaourt nature	
				Yaourt aromatisé	
Desserts		**Desserts**			
Mille-feuille		Liégeois café		**Desserts**	
Purée pommes		Entremets praliné		Riz au lait caramel	
Tapioca lait vanille		Purée de fruits		Flan vanille	
Tartelette pommes		Tartelette pommes		Poire	
		Bouillie froment café		Semoule au lait	
Suppléments				Purée de fruits	
Petit pain		**Suppléments**		Tartelette pommes	
Petit sucre poudre		Petit pain			
1/2 baguette		Petit sucre poudre		**Suppléments**	
Baguette		1/2 baguette		Petit pain	
Baguette tradition		Baguette		Petit sucre poudre	
Boule blanche tranchée		Baguette tradition		1/2 baguette	
Pain blanc		Boule blanche tranchée		Baguette	
Pain campagne tranché		Pain blanc		Baguette tradition	
Pain céréales tranché		Pain campagne tranché		Boule blanche tranchée	
Pain complet tranché		Pain céréales tranché		Pain blanc	
		Pain complet tranché		Pain campagne tranché	
				Pain céréales tranché	
				Pain complet tranché	
				Baguette rustique	

JEUDI

Entrées
- Salade pâtes basilic
- Potage potiron
- Betteraves cuites
- Oeufs durs

Plats
- Sauté de boeuf mironton
- Clafoutis aux carottes cumin
- Escalope de poulet au jus
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus

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

Laitages
- Yaourt nature
- Fromage blanc
- Yaourt aromatisé

Desserts
- Purée pommes
- Mousse au chocolat
- Tartelette pommes
- Riz au lait

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
- Pain de maïs tranché

VENDREDI

Entrées
- Semoule mimolette
- Haricots verts et champignons ail et persil
- Potage de légumes
- Betteraves cuites
- Oeufs durs

Plats
- Colin sauce citron
- Rôti porc au jus
- Escalope de poulet au jus
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus

Garnitures
- Fondue de poireaux
- Purée pomme de terre
- Pâtes
- Pomme de terre vapeur
- Haricots verts

Laitages
- Emmental
- Yaourt nature
- Yaourt aromatisé
- Fromage blanc

Desserts
- Entremets pistache
- Pomme entière cuite au four
- Purée de fruits
- Tartelette pommes
- Bouillie froment vanillée

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

SAMEDI

Entrées
- Oeufs durs
- Potage de légumes
- Betteraves cuites

Plats
- Cuisse poulet rôti
- Filet lieu sauce citron
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus

Garnitures
- Poêlée légumes
- Riz créole
- Haricots verts
- Pâtes
- Pomme de terre vapeur
- Purée pomme de terre

Laitages
- Pavé 1/2 sel
- Fromage blanc
- Yaourt nature
- Yaourt aromatisé

Desserts
- Crème pâtissière café
- Yaourt aromatisé
- Tapioca lait chocolat
- Purée de fruits
- 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
- Pain de maïs tranché

DIMANCHE

Entrées
- Betteraves cuites
- Perles à l'orientale
- Potage de légumes
- Oeufs durs

Plats complets
- Blettes à la volaille

Plats
- Rôti porc au jus
- Escalope de poulet au jus
- Jambon blanc
- Steak haché veau jus

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

Laitages
- Fromage frais sel Guérande
- Yaourt nature
- Yaourt aromatisé
- Fromage blanc

Desserts
- Galette des Rois
- Floraline lait fleur d'oranger
- Liégeois chocolat
- Purée de fruits
- 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