



# 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 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
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
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 saint jacques sauce aneth	Betteraves cuites	Oeufs durs
Betteraves cuites	Oeufs durs	
Oeufs durs		<b>Plats complets</b>
	<b>Plats</b>	Parmentier de poisson
<b>Plats</b>	Emincé dinde au jus	<b>Plats</b>
Filet mignon de porc au jus	Jambon blanc	Quenelle veau sauce mornay
Dorade sauce armoricaine	Escalope de poulet au jus	Sauté porc à la sauge
Escalope de poulet au jus	Omelette	Escalope de poulet au jus
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
<b>Garnitures</b>	Pâtes tortis	Haricots verts persillés
Purée potiron	Endives béchamel	Semoule
Riz pilaf	Haricots verts	Pâtes
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur		<b>Laitages</b>
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Rondelé nature
Tomme grise	Fraidou	Fromage blanc
Fromage blanc	Gouda	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	Pomme du Verger	Riz au lait caramel
Mille-feuille	Liégeois café	Flan vanille
Purée pommes	Entremets praliné	Poire
Tapioca lait vanille	Purée de fruits	Semoule au lait
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Purée de fruits
	Bouillie froment café	Tartelette pommes
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Petit pain
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
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 céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
		Baguette rustique

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade pâtes basilic	Semoule mimolette	Oeufs durs	Betteraves cuites
Potage potiron	Haricots verts persil	Potage de légumes	Perles à l'orientale
Betteraves cuites	Potage de légumes	Betteraves cuites	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites		Oeufs durs
	Oeufs durs		
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Sauté de boeuf mironton	Colin sauce citron	Cuisse poulet rôti	Blettes à la volaille
Clafoutis aux carottes cumin emmental	Rôti porc au jus	Filet lieu sauce citron	
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	
Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus		
		<b>Garnitures</b>	<b>Plats</b>
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Poêlée légumes	Rôti porc au jus
Navets	Fondue de poireaux	Riz créole	Escalope de poulet au jus
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts	Jambon blanc
Haricots verts	Pâtes	Pâtes	Steak haché veau jus
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	
Purée pomme de terre	Haricots verts	Purée pomme de terre	
			<b>Garnitures</b>
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Purée pomme de terre
Yaourt nature	Emmental	Pavé 1/2 sel	Haricots verts
Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc	Pâtes
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Pomme de terre vapeur
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Laitages</b>
Purée pommes	Entremets pistache	Crème pâtissière café	Fromage frais sel Guérande
Mousse au chocolat	Pomme entière cuite au four	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Tartelette pommes	Purée de fruits	Tapioca lait chocolat	Yaourt aromatisé
Riz au lait	Purée de fruits	Purée de fruits	Fromage blanc
	Tartelette pommes	Tartelette pommes	
<b>Suppléments</b>	Bouillie froment vanillée	<b>Suppléments</b>	<b>Desserts</b>
Petit pain		Petit pain	Galette des Rois
Petit sucre poudre	<b>Suppléments</b>	Petit sucre poudre	Floraline lait fleur d'oranger
1/2 baguette	Petit pain	1/2 baguette	Pomme du Verger
Baguette	Petit sucre poudre	Baguette	Liégeois chocolat
Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette tradition	Purée de fruits
Boule blanche tranchée	Baguette	Boule blanche tranchée	Tartelette pommes
Pain blanc	Baguette rustique	Pain blanc	
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	<b>Suppléments</b>
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Petit pain
Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Petit sucre poudre
Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	1/2 baguette
	Pain blanc		Baguette
	Pain complet tranché		Baguette tradition
			Boule blanche tranchée
			Pain blanc
			Pain campagne tranché
			Pain céréales tranché
			Pain complet tranché