



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°49 : 30 NOVEMBRE 2020 AU 06 DÉCEMBRE 2020

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 13 novembre

*Salade auvergnate : chou
blanc, emmental, oignons,
persil*

*Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs*

*Potage paysanne : pdt,
carotte, navet, poireau, chou
vert*

*Sauce chasseur : carotte,
oignons, champignons*

*Pizza royale : tomate, jambon
blanc, fromage*

*Sauce bercy : crème,
oignons, persil*

*Caroline aux champignons :
pâtes à choux, champignons,
béchamel*

*Escalope viennoise : filet
volaille pané*

*Sauce à la diable : roux,
sauce moutarde, tomate*

*Sce angevine : crème, oseille,
champignons, oignons*

*Poêlée de légumes forestière
: haricots verts, carottes,
navets, champignons*

Polenta : farine de maïs

| LUNDI | MARDI | MERCREDI |
|-------------------------------------|----------------------------|------------------------|
| Entrées | Entrées | Entrées |
| Salade de perles aux petits légumes | Betteraves cuites | Betteraves cuites |
| Potage de légumes | Potage de légumes | Potage de légumes |
| Oeufs durs | Oeufs durs | Oeufs durs |
| Betteraves cuites | Plats complets | Plats |
| Haricots verts V | Hachis parmentier | Poulet rôti (cuisse) |
| Plats | Plats | Jambon blanc |
| Emincé dinde au jus | Omelette | Steak cru |
| Filet colin beurre fondu | Escalope de dinde | Steak haché veau jus |
| Steak haché veau jus | Jambon blanc | Garnitures |
| Jambon blanc | Steak haché veau jus | Carottes au beurre |
| Garnitures | Garnitures | Riz pilaf |
| Navets persillés | Coquillettes | Purée pomme de terre |
| Semoule | Haricots verts | Pomme de terre vapeur |
| Purée pomme de terre | Pomme de terre vapeur | Pâtes |
| Pomme de terre vapeur | Purée pomme de terre | Haricots verts |
| Pâtes | Poêlée légumes forestière | Laitages |
| Haricots verts | Laitages | Crème anglaise |
| Laitages | Fondu président | Edam |
| Pavé 1/2 sel | Yaourt nature | Camembert |
| Coulommiers | Mimolette | Fromage blanc |
| Fromage blanc | Yaourt aromatisé | Yaourt nature |
| Yaourt nature | Fromage blanc | Yaourt aromatisé |
| Yaourt aromatisé | Camembert | Desserts |
| Desserts | Desserts | Moelleux à la cannelle |
| Entremets vanille | Crème dessert caramel | Yaourt aromatisé |
| Pomme du Verger | Poire | Bouillie froment café |
| Riz au lait | Tapioca lait fleur oranger | Purée de fruits |
| Tartelette pommes | Tartelette pommes | Tartelette pommes |
| Purée de fruits | Purée de fruits | Suppléments |
| Suppléments | Suppléments | Petit pain |
| Petit pain | Petit pain | 1/2 baguette |
| 1/2 baguette | 1/2 baguette | Baguette |
| Baguette | Baguette | Baguette tradition |
| Baguette tradition | Baguette tradition | 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 | Pain épeautre tranché |
| Pain épeautre tranché | Pain épeautre tranché | |

| JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|----------------------------|-------------------------|---|---------------------------|
| Entrées | Entrées | Entrées | Entrées |
| Semoule mimolette | Poireaux V | Salade pomme de terre moutarde à l'ancienne | Salade pâtes tricolore |
| Potage de légumes | Potage de légumes | Potage de légumes | Potage de légumes |
| Oeufs durs | Oeufs durs | Oeufs durs | Pâté de campagne |
| Betteraves cuites | Betteraves cuites | Betteraves cuites | Oeufs durs |
| | | | 1/2 Pomelos |
| | | | Betteraves cuites |
| Plats | Plats | Plats complets | Plats |
| Escalope porc au jus | Filet lieu sauce citron | Risotto de fruits de mer | Steak haché veau jus |
| Clafoutis au camembert | Emincé poulet au jus | | Emincé dinde au jus |
| Escalope de dinde | Jambon blanc | | Jambon blanc |
| Jambon blanc | Steak cru | Plats | Steak cru |
| Steak cru | Steak haché veau jus | Emincé boeuf au jus | |
| Steak haché veau jus | | Steak cru | |
| | | Steak haché veau jus | |
| | | Jambon blanc | |
| Garnitures | Garnitures | Escalope de dinde | Garnitures |
| Blettes | Purée pomme de terre | | Julienne de légumes |
| Epinards braisés | Pâtes tortis | Garnitures | Pomme de terre vapeur |
| Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur | Haricots beurre persillés | Purée pomme de terre |
| Purée pomme de terre | Haricots verts | Polenta crémeuse | Pâtes |
| Pâtes | | Purée pomme de terre | Haricots verts |
| Haricots verts | Laitages | Pomme de terre vapeur | |
| | Gouda | Pâtes | Laitages |
| | Fromage frais nature | | Rondelé nature |
| Laitages | Yaourt nature | | Carré fromager |
| Fromage frais sel Guérande | Yaourt aromatisé | Laitages | Fromage blanc |
| Yaourt nature | Fromage blanc | Yaourt aromatisé | Yaourt nature |
| Yaourt aromatisé | Camembert | Cotentin | Yaourt aromatisé |
| Fromage blanc | | Camembert | |
| Camembert | Desserts | Fromage blanc | Desserts |
| | Tapioca au lait | Yaourt nature | Gâteau basque |
| Desserts | Poire | | Flan chocolat |
| Flan nappé caramel | Crème dessert chocolat | Desserts | Purée pomme 4 épices |
| Purée pomme agrumes | Floraline lait vanille | Entremets pistache | Tartelette pommes |
| Riz au lait caramel | Purée de fruits | Liégeois vanille | Bouillie froment cannelle |
| Tartelette pommes | Tartelette pommes | Semoule au lait chocolat | |
| | | Tartelette pommes | Suppléments |
| Suppléments | Suppléments | Purée de fruits | Petit pain |
| Petit pain | Petit pain | | 1/2 baguette |
| 1/2 baguette | 1/2 baguette | Suppléments | Baguette |
| Baguette | Baguette | Petit pain | Baguette tradition |
| Baguette tradition | Baguette tradition | 1/2 baguette | Pain campagne tranché |
| Pain campagne tranché | Pain campagne tranché | Baguette | Pain céréales tranché |
| Pain céréales tranché | Pain céréales tranché | Baguette tradition | Pain complet tranché |
| Pain complet tranché | Pain complet tranché | Pain campagne tranché | Pain épeautre tranché |
| Pain épeautre tranché | Pain épeautre tranché | Pain céréales tranché | |
| | | Pain complet tranché | |
| | | Pain épeautre tranché | |