



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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 petits légumes sse	Chou blanc vinaigrette sse	Céleri sauce fromage blanc sse
	Potage à l'oseille sse	Potage céleri carottes sse	Potage de légumes sse
	Haricots verts V	Oeufs durs	Betteraves à l'ail
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Pâté de campagne
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Salade auvergnate	1/2 Pomelos
	Plats	Plats complets	Plats
	Escalope dinde curry sse	Hachis parmentier sse	Escalope poulet chasseur sse
	Filet de lieu sauce citron sse	Plats	Jambon sse
	Steak haché veau jus	Omelette sse	Steak cru
	Jambon blanc	Colin meunière citron	Steak haché veau jus
	Escalope de dinde	Escalope de dinde	Jambon blanc
		Jambon blanc	Escalope de dinde
		Steak haché veau jus	
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Navets braisés sse	Coquillettes sse	Carottes braisées sse
	Semoule sse	Poêlée légumes forestière	Riz pilaf sse
	Salade verte	Haricots verts	Salade verte
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Pâtes		Pâtes
	Haricots verts		Haricots verts
	Laitages	Laitages	Laitages
	Emmental	Yaourt nature	Crème anglaise
	Fromage blanc	Mimolette	Edam
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature
			Yaourt aromatisé
	Desserts	Desserts	Desserts
	Entremets vanille	Purée pomme figues	Moelleux à la cannelle
	Pomme du Verger	Crème dessert caramel	Orange
	Mousse chocolat au lait	Poire	Yaourt aromatisé
	Riz au lait	Tapioca lait fleur oranger	Bouillie froment café
	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Chou à la crème
	Purée de fruits	Chou à la crème	Purée de fruits
	Chou à la crème		Tartelettes pommes
	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 fantaisie sse	Poireaux vinaigrette sse	Salade pomme de terre moutarde ancienne sse	Macédoine légumes sse
Crème potiron muscade sse	Potage de légumes sse	Potage paysanne sse	Potage de légumes sse
Chou rouge V	Oeufs durs	Carottes râpées cumin	Salade pâtes tricolore
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats complets	Plats complets
Escalope porc au jus sse	Colin sauce bercy sse	Risotto poisson sse	Chou-fleur à la volaille béchamel au curcuma sse
Clafoutis aux légumes sse	Escalope poulet crème sse		
Escalope de dinde	Oeufs brouillés fines herbes	Plats	Plats
Jambon blanc	Escalope de dinde	Sauté boeuf oignons sse	Haché veau sauce angevine sse
Steak cru	Jambon blanc	Steak cru	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Steak cru	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak cru
		Escalope de dinde	
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Blettes béchamel sse	Purée brocolis sse	Haricots beurre sse	Céleri braisé sse
Epinards sse	Pâtes tortis sse	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Salade verte	Pâtes	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur		
Haricots verts	Haricots verts	Laitages	Laitages
		Yaourt aromatisé	Rondelé aux noix
Laitages	Laitages	Cotentin	Fromage blanc
Yaourt nature	Cotentin	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Gouda	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage frais nature	Fromage blanc	
	Yaourt nature	Desserts	Desserts
Desserts	Yaourt aromatisé	Clémentines	Gâteau basque
Flan nappé caramel	Fromage blanc	Entremets pistache	Flan chocolat
Purée pomme agrumes	Desserts	Liégeois vanille	Purée pomme 4 épices
Kiwi	Tapioca au lait	Semoule au lait chocolat	Tartelettes pommes
Riz au lait caramel	Poire	Tartelettes pommes	Chou à la crème
Tartelettes pommes	Crème dessert chocolat	Purée de fruits	Bouillie froment cannelle
Chou à la crème	Floraline lait vanille	Chou à la crème	
	Chou à la crème	Suppléments	Suppléments
Suppléments	Purée de fruits	Petit pain	Petit pain
Petit pain	Tartelettes pommes	1/2 baguette	1/2 baguette
1/2 baguette		Baguette	Baguette
Baguette	Suppléments	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette tradition	Petit pain	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain campagne tranché	1/2 baguette	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Baguette	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain complet tranché	Baguette tradition	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché		
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		
	Pain épeautre tranché		