



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°17 : 22 AVRIL 2024 AU 28 AVRIL 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 05 avril**

Salade bicolore : carottes,  
radis râpés

Semoule fantaisie : semoule,  
maïs, tomate

Perles à l'orientale : perles,  
coriandre, citron

Salade des incas : riz, maïs,  
carottes

Sauce suprême : crème et  
champignons

Polenta : farine de maïs

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

Sauce à la milanaise :  
tomate, champignons,  
lardons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade bicolore	Betteraves à la menthe	Salade lentilles échalotes
	Semoule fantaisie	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes
	Potage de légumes	Carottes râpées	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Betteraves cuites		
	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Poulet sauce suprême	Potée au jambonneau légumes de printemps	Risotto de poisson
	Quenelles de brochet sauce concharnoise	Courgettes à la volaille	
	Jambon blanc		<b>Plats</b>
	Steak haché veau jus	<b>Plats</b>	Boulettes de boeuf sauce milanaise
		Sauté boeuf aux oignons	Tarte chèvre basilic
		Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
		Jambon blanc	Jambon blanc
		Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>		<b>Garnitures</b>
	Riz créole	<b>Garnitures</b>	Carottes
	Purée de carottes	Coquillettes	Salade verte
	Haricots beurre	Haricots verts	Haricots verts
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
			Purée pomme de terre
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Yaourt nature	Brie	Fraidou
	Fromage frais sel Guérande	Fromage frais ail fines herbes	Saint Paulin
	Camembert	Fromage blanc	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
			Camembert
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Purée pomme cassis	Crème pâtissière café ssu	Far nature ssu
	Bouillie froment ssu	Floroline au lait fleur oranger ssu	Entremets vanille ssu
	Kiwi	Poire	Pomme
	Pomme	Purée de fruits	Purée de fruits
	Poire	Pomme	Poire
	Orange	Orange	Orange
		Kiwi	Kiwi
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Riz au lait ssu
	Petit pain	Petit pain	
	1/2 baguette	1/2 baguette	
	Baguette	Baguette	
	Baguette tradition	Baguette tradition	<b>Suppléments</b>
	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Petit pain
	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	1/2 baguette
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Baguette
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Baguette tradition
			Boule blanche tranchée
			Pain campagne tranché
			Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Tomate vinaigrette	Salade pomme de terre, tomate, ciboulette	Macédoine légumes mayo	Betteraves aux pommes
Perles à l'orientale	Concombre vinaigrette	Potage de légumes	Salade des incas
Potage courgette céleri	Potage à l'oseille	Betteraves cuites	Potage crécy
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Oeufs durs	Carottes râpées	Carottes râpées
<b>Plats complets</b>	Carottes râpées	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Pâtes carbonara	<b>Plats complets</b>	Filet poulet crème origan	Céleri au boeuf
<b>Plats</b>	Hachis parmentier	Omelette	Gratin poisson légumes
Tajine de poulet	<b>Plats</b>	Crêpe au jambon fromage	<b>Plats</b>
Clafoutis à la provençale	Colin meunière	Jambon blanc	Sauté de porc printannier
Escalope de poulet au jus	Echine de porc aux herbes	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	<b>Garnitures</b>	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Chou-fleur	Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus	Salade verte	<b>Garnitures</b>
Navets	<b>Garnitures</b>	Haricots verts	Purée pomme de terre
Blettes ail persil	Poêlée légumes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Polenta crémeuse	Purée pomme de terre	Pâtes
Haricots verts	Haricots verts	<b>Laitages</b>	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Fondu président	<b>Laitages</b>
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Gouda	Petit fromage aux noix
<b>Laitages</b>	Purée pomme de terre	Camembert	Yaourt nature
Mimolette	<b>Laitages</b>	Fromage blanc	Fromage blanc
Petit fromage frais nature	Camembert	Yaourt nature	Camembert
Yaourt nature	Pavé 1/2 sel	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Fromage blanc	Yaourt nature	Semoule au lait ssu	Moelleux poire ssu
Camembert	Fromage blanc	Pomme	Bouillie froment cacao ssu
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Purée de fruits	Purée pomme groseille
Fromage blanc aux fruits rouges	Purée pomme badiane	Tapioca lait café ssu	Orange
Kiwi	Orange	Poire	Kiwi
Purée de fruits	Riz au lait ssu	Orange	Pomme
Semoule au lait ssu	Pomme	Kiwi	Poire
Pomme	Poire	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Poire	Kiwi	Petit pain	Petit pain
Orange	<b>Suppléments</b>	1/2 baguette	1/2 baguette
<b>Suppléments</b>	Petit pain	Baguette	Baguette
Petit pain	1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
1/2 baguette	Baguette	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Baguette	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	
Pain céréales tranché	Pain complet tranché		
Pain complet tranché			
Pain de maïs tranché			