



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE
Régime : Sans sucre
SEMAINE N°21 : 20 MAI 2024 AU 26 MAI 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 03 mai

Salade bicolore : carottes,
radis râpés

Semoule fantaisie : semoule,
maïs, tomate

Perles à l'orientale : perles,
coriandre, citron

Salade des incas : riz, maïs,
carottes

Sauce marchand de vin : vin
rouge, champignons

Polenta : farine de maïs
Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets
Sauce à la milanaise :
tomate, champignons,
lardons

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

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Tomate vinaigrette	Salade pomme de terre, tomate, ciboulette	Macédoine légumes mayo	Betteraves aux pommes
Perles à l'orientale	Potage à l'oseille	Potage de légumes	Salade des incas
Potage courgette céleri	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Potage crécy
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Carottes cuites au cumin	Carottes cuites au cumin	Carottes cuites au cumin
Carottes cuites au cumin	Tartare légumes fromage frais ciboulette		
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats complets
Pâtes carbonara	Hachis parmentier	Poulet rôti (cuisse)	Céleri au boeuf
		Omelette	Gratin poisson légumes
Plats	Plats	Crêpe au jambon fromage	Plats
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		Jambon blanc
Steak haché veau jus	Jambon blanc		Steak haché veau jus
Emincé dinde curry	Steak haché veau jus	Garnitures	
Garnitures	Garnitures	Chou-fleur	Garnitures
Navets	Poêlée légumes	Courgettes	Purée pomme de terre
Blettes ail persil	Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Laitages	
Purée pomme de terre	Haricots coco	Fondue président	Laitages
Laitages	Laitages	Gouda	Petit fromage aux noix
Mimolette	Camembert	Camembert	Yaourt nature
Petit fromage frais nature	Pavé 1/2 sel	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Camembert
Fromage blanc	Fromage blanc	Desserts	Desserts
Camembert	Desserts	Semoule au lait ssu	Moelleux poire ssu
Desserts	Purée pomme badiane	Pomme	Bouillie froment cacao ssu
Fromage blanc aux fruits rouges	Orange	Purée de fruits	Purée pomme groseille
Kiwi	Riz au lait ssu	Tapioca lait café ssu	Orange
Purée de fruits	Pomme	Poire	Kiwi
Semoule au lait ssu	Poire	Orange	Pomme
Pomme	Kiwi	Kiwi	Poire
Poire	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Orange	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Suppléments	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Petit pain	Baguette	Baguette	Baguette
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché		
Pain complet tranché			
Pain de maïs tranché			