



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°50 : 07 DÉCEMBRE 2020 AU 13 DÉCEMBRE 2020

CLIENT

### Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré par la diététicienne

Pour toutes questions

**02.51.05.38.20**

A RETOURNER A VOTRE  
LIVREUR AVANT LE

Vendredi 20 novembre

Salade vendéenne : chou  
blanc, raisin sec

Charcutière : moutarde,  
tomate, cornichon

Sauce forestière : oignon,  
champignons

Polenta : farine de maïs

Sauce nantua : crème, bisque  
homard, cognac

Sauce normande : crème,  
champignons, oignons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Galantine volaille	Surimi	Salade de riz mimolette	
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage crécy	
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	
Sauté de boeuf au jus	Emincé dinde au jus	Rôti porc au jus	
Oeufs brouillés	Filet colin sauce citron	Sauté de boeuf au jus	
Escalope de dinde	Jambon blanc	Steak cru	
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
Steak haché veau jus		Jambon blanc	
Filet colin sauce citron	<b>Garnitures</b>	Escalope de dinde	
	Haricots beurre	<b>Garnitures</b>	
<b>Garnitures</b>	Purée pomme de terre	Navets braisés	
Pâtes tortis	Brunoise de légumes	Coquillettes	
Jardinière légumes	Haricots verts	Purée pomme de terre	
Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur	
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	
Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	
Purée pomme de terre	Yaourt nature	Gouda	
<b>Laitages</b>	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	
Edam	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
Vache qui rit	<b>Desserts</b>	Fromage blanc	
Yaourt nature	Bouillie froment fleur oranger	<b>Desserts</b>	
Yaourt aromatisé	Flan chocolat	Pomme du Verger	
Fromage blanc	Poire	Liégeois café	
<b>Desserts</b>	Tartelettes pommes	Tapioca lait vanille	
Poire	Purée de fruits	Tartelettes pommes	
Riz au lait	<b>Suppléments</b>	Purée de fruits	
Crème dessert vanille	Petit pain	<b>Suppléments</b>	
Purée de fruits	1/2 baguette	Petit pain	
Semoule au lait café	Baguette	1/2 baguette	
Tartelettes pommes	Baguette tradition	Baguette	
<b>Suppléments</b>	Pain campagne tranché	Baguette tradition	
Petit pain	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	
1/2 baguette	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	
Baguette		Pain complet tranché	
Baguette tradition			
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>
Mortadelle	Salade de perles citron coriandre	Salade pâtes basilic	Betteraves cuites
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Poulet rôti	Filet lieu sauce nantua	Blettes au boeuf	Cuisse canette rôtie
Jambon blanc	Escalope de poulet sauce normande		Filet lieu sc oseille
Steak cru	Steak cru	<b>Plats</b>	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Omelette	Jambon blanc
	Jambon blanc	Jambon blanc	Steak cru
<b>Garnitures</b>	Escalope de dinde	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
Carottes braisées	<b>Garnitures</b>	Steak cru	
Pomme de terre vapeur	Poireaux béchamel	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>
Purée pomme de terre	Polenta crémeuse		Poêlée légumes
Pâtes	Riz pilaf	<b>Garnitures</b>	Riz créole
Haricots verts	Purée pomme de terre	Epinards à la crème	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
<b>Laitages</b>	Pâtes	Pâtes	Pâtes
Cotentin	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Yaourt aromatisé	<b>Laitages</b>		
Yaourt nature	Fondou président	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fromage blanc	Fromage blanc	Fraidou	Fromage frais sel Guérande
	Yaourt nature	Saint Paulin	Yaourt nature
<b>Desserts</b>	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Clafoutis aux poires	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
Mousse au chocolat	<b>Desserts</b>		
Tartelettes pommes	Flan vanille	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Riz au lait caramel	Pomme du Verger	Purée pomme cannelle	Moelleux au citron
Purée de fruits	Tartelettes pommes	Crème dessert chocolat	Flan nappé caramel
	Purée de fruits	Floraline lait vanille	Tapioca lait chocolat
<b>Suppléments</b>	Bouillie froment café	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes
Petit pain	<b>Suppléments</b>		Purée de fruits
1/2 baguette	Petit pain	<b>Suppléments</b>	
Baguette	1/2 baguette	Petit pain	Petit pain
Baguette tradition	Baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Baguette	Baguette
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain de maïs tranché	Baguette	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain complet tranché
	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		