



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°51 : 14 DÉCEMBRE 2020 AU 20 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 27 novembre

Salade pastourelle : pâte,
tomate, poivron

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

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo
Salade antillaise : riz, ananas,
tomate, poivron

Potage Dubarry : crème de
chou-fleur, PDT

Sauce marchand de vin : vin
rouge, champignons

Sauce mère : base de
braisage, roux, mère

Sauce bretonne : fumet
poisson, oignons, céleri,
poireaux, champignons

Sce grand-mère : crème,
lardons, champignons,
oignons

Sce aurore : crème, tomate,
oignons

Trio de légumes : haricots
verts, carottes, choux-fleurs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Oeufs durs	Cake aux légumes	Surimi	Surimi
Velouté potiron	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
		Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats
Hachis parmentier	Risotto fermier	Poulet rôti (cuisse)	Poulet rôti (cuisse)
		Filet colin beurre fondu	Filet colin beurre fondu
Plats	Plats	Jambon blanc	Jambon blanc
Crêpe au jambon fromage	Omelette	Steak cru	Steak cru
Escalope de dinde	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Jambon blanc	Jambon blanc		
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Garnitures	Garnitures
		Carottes persillées	Carottes persillées
Garnitures	Garnitures	Pâtes papillons	Pâtes papillons
Navets persillés	Haricots verts	Fondue de poireaux	Fondue de poireaux
Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Haricots verts		Laitages	Laitages
	Laitages	Cotentin	Cotentin
Yaourt aromatisé	Rondelé nature	Fromage blanc	Fromage blanc
Mimolette	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage blanc		
	Desserts	Desserts	Desserts
Desserts	Flan nappé caramel	Crêpe sucrée	Crêpe sucrée
Crème citron	Pomme du Verger	Entremets praliné	Entremets praliné
Liégeois chocolat	Fromage blanc nature	Tapioca au lait café	Tapioca au lait café
Purée de fruits	Floraline lait vanille	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Riz au lait cannelle	Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits
Tartelette pommes	Tartelette pommes		
	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Suppléments	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
1/2 baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché			

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Salade de pomme de terre	Betteraves cuites	Salade de riz mimolette	Terrine de légumes mayonnaise
Potage crécy	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne
Betteraves cuites		Betteraves cuites	Oeufs durs
	Plats		1/2 Pomelos
Plats	Colin sauce citron	Plats	Betteraves cuites
Jambon braisé	Jambon blanc	Emincé dinde au jus	
Clafoutis de légumes	Escalope de dinde	Oeufs durs béchamel	Plats
Escalope de dinde	Steak cru	Steak cru	Escalope porc au jus
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Saumonette sc oseille
Steak cru		Jambon blanc	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Garnitures		Steak cru
	Pâtes tortis	Garnitures	Steak haché veau jus
Garnitures	Purée de blettes	Haricots verts persillés	
Carottes	Petits pois	Purée pomme de terre	Garnitures
Riz créole	Purée pomme de terre	Pâtes	Epinards à la crème
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Haricots verts		Pomme de terre vapeur
Pâtes		Laitages	Pâtes
Haricots verts	Laitages	Fraidou	Haricots verts
	Gouda	Fromage blanc	
Laitages	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Laitages
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Fromage blanc		Fromage blanc
Fromage blanc		Desserts	Yaourt aromatisé
	Desserts	Purée pomme crème marrons	
Desserts	Flan vanille	Mousse café	Desserts
Mousse au chocolat	Poire	Tartelette pommes	Moelleux poire cannelle
Crème dessert caramel	Pomme entière cuite au four	Tapioca au lait	Pomme du Verger
Bouillie froment vanillée	Semoule au lait		Yaourt aromatisé
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Suppléments	Tartelette pommes
	Purée de fruits	Petit pain	Purée de fruits
Suppléments		1/2 baguette	Bouillie froment chocolat
Petit pain	Suppléments	Baguette	
1/2 baguette	Petit pain	Baguette tradition	Suppléments
Baguette	1/2 baguette	Pain campagne tranché	Petit pain
Baguette tradition	Baguette	Pain céréales tranché	1/2 baguette
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain complet tranché	Baguette
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché	Baguette tradition
Pain complet tranché	Pain céréales tranché		Pain campagne tranché
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché		Pain céréales tranché
	Douzaine coquilles escargots		Pain complet tranché
	Douzaine mini-bouchées escargots		Pain épeautre tranché