



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°51 : 14 DÉCEMBRE 2020 AU 20 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 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
	Macédoine légumes mayo	Betteraves échalotes	Pâté de campagne
	Salade pastourelle	Cake aux légumes	Chou rouge V
	Velouté potiron	Potage paysanne	Potage de légumes
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Oeufs durs	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites		
	Plats complets	Plats complets	Plats
	Hachis parmentier	Couscous boulettes agneau	Poulet sauce marchand de vin
		Risotto fermier	Echine de porc moutarde
	Plats	Plats	Colin pané citron
	Emincé dinde paprika	Omelette	Escalope de dinde
	Crêpe au fromage	Escalope de dinde	Jambon blanc
	Escalope de dinde	Jambon blanc	Steak cru
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus		
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Navets braisés	Céléris braisés	Carottes persillées
	Trio de légumes	Haricots verts	Pâtes papillons
	Purée pomme de terre	Pâtes	Fondue de poireaux
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
	Pâtes	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts		Purée pomme de terre
	Laitages	Laitages	Laitages
	Yaourt nature	Coulommiers	Cotentin
	Mimolette	Rondelé	Carré fromager
	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
	Camembert	Fromage blanc	Yaourt nature
	Desserts	Desserts	Desserts
	Clémentines	Pomme du Verger	Far nature ssu
	Riz au lait cannelle ssu	Fromage blanc myrtille	Kiwi
	Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits
	Pomme	Floraline lait vanille ssu	Tapioca lait café ssu
	Poire	Clémentines	Pomme
	Orange	Kiwi	Poire
	Kiwi	Orange	Orange
		Poire	Clémentines
	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
Salade pdt échalotes	Salade coleslaw	Salade antillaise	Terrine de légumes mayonnaise
Céleri râpé curry	Potage de légumes	Potage dubarry	Taboulé
Potage crécy	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Potage de légumes
Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Betteraves cuites			Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats	Plats
Jambon braisé sc madère	Colin sauce bretonne	Emincé dinde sc gd-mère	Saucisse de Toulouse
Goulash de boeuf	Croque monsieur	Rognons sc bordelaise	Saumonette sc oseille
Clafoutis de légumes	Escalope de dinde	Oeufs durs béchamel	Emincé dinde sauce aurore
Escalope de dinde	Jambon blanc	Steak cru	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak cru	Steak haché veau jus	Steak cru
Steak cru	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus			
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Choux fleur béchamel	Pâtes tortis	Haricots verts persillés	Lentilles
Riz créole	Petits pois	Purée pomme de terre	Epinards à la crème
Salade verte	Salade verte	Julienne de légumes	Salsifis persillés
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Haricots verts		Pâtes
Haricots verts		Laitages	Haricots verts
	Laitages	Fraidou	
	Gouda	Bleu	Laitages
	Yaourt nature	Camembert	Petit fromage aux noix
	Fromage blanc	Fromage blanc	Edam
	Camembert	Yaourt nature	Fromage blanc
			Camembert
	Desserts	Desserts	Yaourt nature
	Poire	Purée pommes	
	Pomme entière cuite au four	Orange	Desserts
	Purée de fruits	Tapioca lait café ssu	Moelleux poire cannelle ssu
	Pomme	Pomme	Bouillie froment cacao ssu
	Orange	Poire	Pomme du Verger
	Semoule au lait ssu	Kiwi	Purée de fruits
	Kiwi	Clémentines	Clémentines
	Clémentines		Kiwi
		Suppléments	Orange
	Suppléments	Petit pain	Poire
	Petit pain	1/2 baguette	
	1/2 baguette	Baguette	Suppléments
	Baguette	Baguette tradition	Petit pain
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	1/2 baguette
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Baguette
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Baguette tradition
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Baguette tradition
	Douzaine escargots		Pain campagne tranché
	Douzaine mini-bouchées escargots		Pain céréales tranché
			Pain complet tranché
			Pain épeautre tranché