



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°41 : 07 OCTOBRE 2024 AU 13 OCTOBRE 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 20 septembre

Salade des incas : riz, maïs,  
carottes

Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Salade vitaminée : carotte,  
chou chinois, vinaigrette à  
l'orange

Salade soisson : haricots  
blancs, tomate, poivron,  
paprika

Escalope viennoise : filet  
volaille pané

Sauce dieppoise : sauce  
crème, vin blanc,  
champignons, crevettes,  
moules, oignons

Clafoutis normand : clafoutis  
au camembert

Sauce à la diable : roux,  
sauce moutarde, tomate  
Matelote de poisson : colin,  
vin blanc, fruits de mer,  
champignons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade pomme de terre échalotes sse	Concombre à l'aneth sse	Tomate vinaigrette sse
	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse
	Oeufs durs	Oeufs durs	Salade pâtes basilic
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Carottes râpées	Carottes râpées	Oeufs durs
			Carottes râpées
	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
	Filet de poulet au jus sse	Hachis parmentier sse	Escalope porc au jus sse
	Lieu sauce dieppoise sse		Cake au saumon sse
	Steak haché veau jus	<b>Plats</b>	Escalope de poulet au jus
		Clafoutis carottes cumin sse	Steak haché veau jus
		Escalope de poulet au jus	
		Steak haché veau jus	
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Petits pois sse	Chou-fleur et brocolis sse	Lentilles sse
	Pâtes tortis sse	Jardinière légumes	Ratatouille sse
	Haricots verts	Pâtes	Navets
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts
	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pâtes
			Pomme de terre vapeur
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Yaourt nature	Petit fromage aux noix	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
		Fromage blanc	
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Purée pomme mangue	Entremet chocolat	Poire
	Crème pâtissière amandes	Liégeois café	Purée pommes
	Kiwi	Prunes	Flan nappé caramel
	Tapioca au lait caramel	Purée de fruits	Bouillie froment café
	Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème
	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes
		Semoule au lait	
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	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	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade fantaisie sse	Chou rouge vinaigrette sse	Salade vitaminée sse	Betteraves à l'orange sse
Potage potiron sse	Potage de légumes sse	Potage à l'oseille sse	Potage de légumes sse
Betteraves cuites	Salade de perles citron coriandre	Betteraves cuites	Oeufs durs
Haricots verts échalotes	Betteraves cuites	Oeufs durs	Carottes râpées
Oeufs durs	Carottes râpées	Carottes râpées	
Carottes râpées	Oeufs durs		<b>Plats</b>
		<b>Plats</b>	Poulet rôti herbes sse
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Sauté porc au cidre sse	Matelote de poisson sse
Blanquette volaille sse	Lieu sauce sauge sse	Frittata potiron oignons sse	Steak haché veau jus
Jambon sse	Emincé poulet aux herbes sse	Escalope de poulet au jus	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>
			Purée pomme de terre sse
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Julienne de légumes sse
Carottes sse	Riz créole sse	Pâtes tortis sse	Pâtes
Purée pomme de terre sse	Purée potiron sse	Epinards béchamel sse	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Salade verte	Haricots beurre	
Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>
Pâtes	Pâtes		Petit moulé nature
	Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>	Yaourt nature
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Emmental	Yaourt aromatisé
Petit moulé nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	<b>Desserts</b>
Yaourt aromatisé			Far aux raisins
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Pomme
<b>Desserts</b>	Purée pomme verveine	Fromage blanc crème marrons	Crème dessert caramel
Tarte flan	Kiwi	Orange	Riz au lait
Pomme	Mousse au chocolat	Bouillie de froment	Tartelette pommes
Liégeois vanille	Floraline lait vanille	Purée de fruits	Purée de fruits
Riz au lait	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Chou à la crème
Purée de fruits	Chou à la crème	Chou à la crème	
Chou à la crème			<b>Suppléments</b>
Tartelette pommes			Petit pain
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	1/2 baguette
<b>Suppléments</b>	Petit pain	Petit pain	Baguette
Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette tradition
1/2 baguette	Baguette	Baguette	Boule blanche tranchée
Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition	Pain campagne tranché
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché
Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	
Pain complet tranché			