



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°44 : 28 OCTOBRE 2024 AU 03 NOVEMBRE 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 11 octobre

Salade italienne : pâte,
tomate, poivron, olive
Salade fantaisie : céleri,
pomme, ananas, raisin sec
Semoule fantaisie : semoule,
maïs, tomate

Salade louisette : tomate,
raisins

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo
Crème soubise : crème,
oignons

Salade Marco Polo : pâtes,
surimi, poivrons, mayonnaise
Sauce piquante : tomate,
cornichon, estragon

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

Salade nicarde : pomme de
terre, tomate, haricots verts,
vinaigrette

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Betteraves à l'aïl	Cervelas	Carottes râpées vinaigre cidre
	Potage de légumes	Velouté champignons	Salade pâtes tricolore
	Oeufs durs	Betteraves cuites	Velouté de lentilles corail
	Salade riz surimi	Oeufs durs	Oeufs durs
		Céleri râpé curry	Betteraves cuites
	Plats complets	Plats complets	Plats complets
	Cassoulet	Gratin de pomme de terre à la mortadelle	Cassolette poisson légumes
			Chou-fleur à la volaille au curcuma
	Plats	Plats	Plats
	Cuisse de poulet sauce au poivre	Emincé dinde crème oignons	Boulettes boeuf sauce forestière
	Omelette	Filet de lieu sauce tajine	Jambon blanc
	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus
		Steak haché veau jus	
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Poêlée légumes	Purée potiron	Riz créole
	Poireaux béchamel	Semoule	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes
	Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
	Haricots verts		
	Laitages	Laitages	Laitages
	Yaourt nature	Fraidou	Brie
	Fromage frais ail fines herbes	Coulommiers	Fromage blanc
	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
	Camembert	Yaourt nature	
	Desserts	Desserts	Desserts
	Purée pommes	Crème pâtissière ssu	Entremets vanille ssu
	Riz au lait café ssu	Kiwi	Semoule lait fleur oranger ssu
	Poire	Purée de fruits	Pomme
	Pomme	Pomme	Purée de fruits
	Kiwi	Poire	Poire
		Bouillie froment vanillée ssu	Kiwi
	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
	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Pâté de foie	Salade Pdt aneth	Chou-fleur vinaigrette	Rillettes
Potage de légumes	Crème soubise	Potage de légumes	Potage poireaux p. de terre
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Macédoine légumes vinaigrette	Carottes cuites agrumes	Taboulé	Tartare légumes fromage frais ciboulette
Salade pâtes basilic	Salade pâtes basilic	Salade pâtes basilic	Salade pâtes basilic
Plats complets	Plats	Plats complets	Plats
Tortis poulet sauce crème champignons	Limande meunière	Blettes au boeuf	Sauté porc à l'ancienne
	Quiche lorraine		Feuilleté poisson beurre blanc
	Escalope de poulet au jus	Plats	Jambon blanc
Plats	Jambon blanc	Poulet sauce marchand de vin	Escalope de poulet au jus
Jambon sauce porto	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Oeufs brouillés	Rognons porc sauce mère	Jambon blanc	
Escalope de poulet au jus		Lieu sauce bretonne	
Jambon blanc	Garnitures		Garnitures
Steak haché veau jus	Julienne de légumes	Garnitures	Carottes et navets
	Haricots beurre	Coquillettes	Riz au fenouil
Garnitures	Riz créole	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Haricots verts oignons	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Pommes de terre boulangères	Pâtes	Epinards béchamel	Haricots verts
Purée pomme de terre			Pâtes
Pâtes	Laitages	Laitages	Laitages
	Gouda	Fromage frais sel Guérande	Petit fromage aux noix
Laitages	Pavé 1/2 sel	Bûchette mi-chèvre	Fromage blanc
Fondu président	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Saint Paulin	Fromage blanc	Camembert	Camembert
Yaourt nature	Camembert	Fromage blanc	
Camembert			Desserts
Fromage blanc	Desserts	Desserts	Fondant pommes chocolat ssu
	Oeufs au lait au cointreau ssu	Purée pommes	Poire
Desserts	Pomme	Bouillie froment ssu	Orange
Clafoutis poires ssu	Purée de fruits	Pomme	Purée de fruits
Orange	Poire	Poire	Kiwi
Kiwi	Kiwi	Kiwi	Pomme
Purée de fruits	Tapioca au lait ssu		Semoule au lait ssu
Poire		Suppléments	Suppléments
Pomme	Suppléments	Petit pain	Petit pain
Riz au lait vanillé ssu	Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette
	1/2 baguette	Baguette	Baguette
Suppléments	Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Petit pain	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
1/2 baguette	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Baguette	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	
Pain campagne tranché			
Pain céréales tranché			
Pain complet tranché			