



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Riz poivron mais sse	Céleri râpé curry sse	Carottes râpées vinaigre cidre sse
Potage de légumes sse	Velouté champignons sse	Velouté de lentilles corail sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Salade pâtes tricolore
	Betteraves cuites	Oeufs durs
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Betteraves cuites
Cuisse de poulet sauce au poivre sse	Lieu sauce tajine sse	<b>Plats complets</b>
Omelette sse	Emincé de dinde à la crème sse	Cassolette de poisson aux légumes sse
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	
	Steak haché veau jus	<b>Plats</b>
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Haché veau sauce forestière sse
Poêlée de légumes sse	Purée potiron sse	Steak haché veau jus
Poireaux béchamel sse	Semoule sse	Escalope de poulet au jus
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	
Pâtes	Pâtes	<b>Garnitures</b>
Haricots verts	Haricots verts	Riz créole sse
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur
Yaourt nature	Emmental	Pâtes
Fromage blanc	Fromage blanc	Haricots verts
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	<b>Laitages</b>
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Yaourt aromatisé
Purée pommes	Crème pâtissière à l'ananas	Fromage blanc
Poire	Kiwi	Yaourt nature
Crème dessert chocolat	Flan nappé caramel	<b>Desserts</b>
Tartelette pommes	Purée de fruits	Entremets vanille
Chou à la crème	Chou à la crème	Pomme
Riz au lait café	Tartelette pommes	Fromage blanc aux fruits rouges
<b>Suppléments</b>	Bouillie froment vanillée	Tartelette pommes
Petit pain	<b>Suppléments</b>	Chou à la crème
1/2 baguette	Petit pain	Semoule lait fleur oranger
Baguette	1/2 baguette	Purée de fruits
Baguette tradition	Baguette	<b>Suppléments</b>
Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Petit pain
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	1/2 baguette
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Baguette
	Pain complet tranché	Baguette tradition
		Boule blanche tranchée
		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>
Macédoine légumes sse	Salade pomme de terre aneth sse	Chou-fleur vinaigrette sse	Tartare légumes fromage blanc ciboulette sse
Potage de légumes sse	Crème soubise sse	Potage de légumes sse	Potage poireaux pomme de terre sse
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Tortis poulet sauce champignons sse	Filet de lieu sauce citron sse	Blettes au boeuf sse	Sauté porc à l'ancienne sse
<b>Plats</b>	Escalope de porc à l'estragon sse	<b>Plats</b>	Lieu sauce ciboulette sse
Oeufs brouillés sse	Escalope de poulet au jus	Poulet sauce marchand de vin sse	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
<b>Garnitures</b>	Julienne de légumes sse	Coquillettes sse	Carottes navets sse
Haricots verts oignons sse	Riz créole sse	Haricots verts	Riz au fenouil sse
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes	<b>Laitages</b>	Haricots verts
<b>Laitages</b>	Haricots beurre	Fromage frais nature	Pâtes
Petit moulé nature	<b>Laitages</b>	Yaourt nature	<b>Laitages</b>
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Petit fromage aux noix
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	<b>Desserts</b>	Yaourt nature
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Purée pomme raisin	Yaourt aromatisé
Clafoutis aux poires	Oeufs au lait au cointreau	Flan vanille	<b>Desserts</b>
Orange	Pomme	Yaourt aromatisé	Fondant chocolat pomme
Liégeois café	Mousse au chocolat	Chou à la crème	Poire
Purée de fruits	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Purée de fruits
Chou à la crème	Purée de fruits	Bouillie de froment	Chou à la crème
Tartelette pommes	Chou à la crème	<b>Suppléments</b>	Tartelette pommes
Riz au lait vanillé	Tapioca au lait	Petit pain	Semoule lait caramel
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	1/2 baguette	Mousse au citron
Petit pain	Petit pain	Baguette	<b>Suppléments</b>
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette tradition	Petit pain
Baguette	Baguette	Boule blanche tranchée	1/2 baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché		Pain céréales tranché
			Pain complet tranché