



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°26 : 23 JUIN 2025 AU 29 JUIN 2025

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 06 juin

Salade arlequin : pdt, poivron,
maïs

Salade coleslaw : carotte et
chou blanc râpée,
mayonnaise

Salade fraîcheur : pomme de
terre, radis, tomate, maïs

Chou-fleur à la grecque :

Chou-fleur, tomate, oignons

Salade vitaminée : carotte,
chou chinois, vinaigrette à
l'orange

Salade fantaisie : céleri,
pomme, ananas, raisin sec

Salade Marco polo : pâte,
poivron, surimi

Crème soubise : crème,
oignons

Salade tourangelles : pomme
de terre, échalotes,
flageolets, haricots verts

Sauce américaine : crème,
cognac, oignons

Sauce bercy : roux crème,
oignons, persil

Bordelaise : vin rouge,

échalotes et oignons

Frittata : omelette

Pomme de terre à la

sarladaise : pomme de terre,
gésier, lardons, oignons

Mitonnée d'hiver : salsifis,

carottes, champignons

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade pastourelle	Tartare de courgettes vinaigrette citron	Salade coleslaw
Potage de légumes	Potage crécy	Betteraves ciboulette
Oeufs durs	Oeufs durs	Velouté de lentilles corail
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
Melon	Carottes râpées	Carottes râpées
Carottes râpées	Pomme de terre sauce tartare	
Plats	Plats complets	Plats complets
Emincé dinde aux olives	Courgettes à la volaille	Tortis bolognaise
Quiche lorraine		Plats
Jambon blanc	Plats	Omelette
Steak haché veau jus	Colombo de porc	Jambon blanc
Oeufs brouillés fines herbes	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
	Jambon blanc	Jambon sauce porto
Garnitures	Steak haché veau jus	Garnitures
Carottes	Garnitures	Printanière de légumes
Riz créole	Semoule	Epinards béchamel
Salade verte	Fondue de poireaux	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Haricots verts	Purée pomme de terre
Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Laitages
Laitages	Laitages	Fraidou
Fromage frais nature	Fondu président	Coulommiers
Saint Paulin	Tomme blanche	Fromage blanc
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature
Camembert	Camembert	
Fromage blanc	Yaourt nature	Desserts
Desserts	Desserts	Nectarine
Entremets vanille ssu	Purée pomme fleur d'oranger	Semoule au lait ssu
Pomme four cannelle	Riz au lait café ssu	Poire
Purée de fruits	Kiwi	Purée de fruits
Semoule au lait ssu	Pomme	Tapioca au lait ssu
Pomme	Poire	Pomme
Poire	Orange	Orange
Kiwi	Pêche	Kiwi
Orange		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 campagne tranché
		Pain céréales tranché
		Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Tomate vinaigrette balsamique	Concombre vinaigrette	Taboulé	Pâté de foie
Potage de légumes	Potage parmentier	Potage courgettes	Macédoine légumes mayo
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées	Oeufs durs
	Salade de lentilles		Carottes râpées
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats
Pomme de terre à la sarladaise	Chou-fleur parisienne	Saucisse de Toulouse	Poulet rôti (cuisse)
		Feuilletés au fromage	Escalope de porc sauce aigre douce
Plats	Plats	Jambon blanc	Filet lieu sauce citron
Paupiette de veau sauce tomate	Marmite de poisson	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Jambon blanc	Jambon blanc	Rognons boeuf sauce madère	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus		Garnitures
Filet lieu crème curcuma		Garnitures	Rosti de légumes
Garnitures	Garnitures	Ratatouille	Purée de brocolis
Petits pois	Purée pomme de terre	Salade verte	Haricots verts
Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Haricots verts oignons	Haricots verts	Lentilles
Riz créole		Pâtes papillons	Pâtes
Haricots verts	Laitages		Laitages
	Pavé 1/2 sel	Laitages	Cantal
Laitages	Yaourt nature	Fromage frais sel Guérande	Camembert
Petit fromage aux noix	Fromage blanc	Emmental	Petit moulé nature
Yaourt nature	Camembert	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc		Fromage blanc	Yaourt nature
Camembert	Desserts	Camembert	
Desserts	Orange	Desserts	Desserts
Moelleux aux myrtilles ssu	Tapioca au lait ssu	Purée pomme fraise	Far aux abricots ssu
Pomme	Purée de fruits	Yaourt nature	Bouillie froment ssu
Poire	Poire	Riz au lait vanillé ssu	Pomme
Orange	Pomme	Pomme	Purée de fruits
Bouillie froment cacao ssu	Kiwi	Poire	Poire
Kiwi		Kiwi	Orange
Purée de fruits	Suppléments	Orange	Kiwi
Suppléments	Petit pain	Suppléments	Suppléments
Petit pain	1/2 baguette	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	Baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette tradition	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché		Pain complet tranché	Pain complet tranché