



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°26 : 23 JUN 2025 AU 29 JUN 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
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade pastourelle sse	Tartare de courgettes vinaigrette citron sse	Salade coleslaw sse	Velouté de lentilles corail sse
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Betteraves ciboulette	Oeufs durs
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Carottes râpées
Betteraves cuites	Betteraves cuites		
Carottes râpées	Carottes râpées		
<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
Emincé de dinde au jus sse	Courgettes à la volaille sse	Tortis bolognaise sse	
Oeufs brouillés herbes sse		<b>Plats</b>	
Steak haché veau jus	<b>Plats</b>	Omelette sse	
	Colombo de porc sse	Steak haché veau jus	
<b>Garnitures</b>	Escalope de poulet au jus		
Carottes sse	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	
Riz créole sse	<b>Garnitures</b>	Epinards béchamel sse	
Salade verte	Semoule sse	Printanière de légumes	
Haricots verts	Fondue de poireaux	Pomme de terre vapeur	
Pâtes	Haricots verts	Haricots verts	
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	
<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>	
Fromage frais nature	<b>Laitages</b>	Petit moulu nature	
Yaourt nature	Fromage frais nature	Fromage blanc	
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
<b>Desserts</b>	Yaourt nature	<b>Desserts</b>	
Beignet framboise	<b>Desserts</b>	Liégeois café	
Flan chocolat	Purée pomme fleur d'oranger	Nectarine	
Pomme four cannelle	Fromage blanc noix de coco	Semoule au lait	
Semoule au lait	Tartelette pommes	Chou à la crème	
Tartelette pommes	Chou à la crème	Tartelette pommes	
Purée de fruits	Riz au lait café	Purée de fruits	
Chou à la crème	Pêche	Tapioca 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	
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	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>
Tomate vinaigrette balsamique sse	Concombre vinaigrette sse	Taboulé sse	Macédoine légumes sse
Potage de légumes sse	Potage parmentier sse	Potage courgettes sse	Potage de légumes sse
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Haché de veau sauce tomate sse	Marmite de poisson sse	Boeuf façon baeckoffe sse	Poulet rôti (cuisse) sse
Filet de poulet au jus sse	Jambon sse		Lieu sauce citron sse
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	<b>Plats</b>	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	Escalope porc au jus sse	
		Steak haché veau jus	
		Escalope de poulet au jus	
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Petits pois sse	Purée pomme de terre sse	Ratatouille sse	Lentilles sse
Riz créole sse	Chou-fleur béchamel sse	Salade verte	Purée brocolis sse
Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes papillons	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes
	<b>Laitages</b>		<b>Laitages</b>
	Yaourt nature		Petit moulé nature
	Yaourt aromatisé	<b>Laitages</b>	Fromage blanc
	Fromage blanc	Emmental	Yaourt nature
		Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	<b>Desserts</b>	Yaourt nature	
	Mousse au chocolat	Fromage blanc	<b>Desserts</b>
	Orange		Far aux abricots
	Tapioca au lait et miel	<b>Desserts</b>	Entremets praliné
	Chou à la crème	Flan nappé caramel	Pomme
	Tartelette pommes	Purée pomme fraise	Tartelette pommes
	Purée de fruits	Yaourt aromatisé	Purée de fruits
		Chou à la crème	Chou à la crème
	<b>Suppléments</b>	Tartelette pommes	Bouillie de froment
	Petit pain	Riz au lait vanillé	
	1/2 baguette		<b>Suppléments</b>
	Baguette	<b>Suppléments</b>	Petit pain
	Baguette tradition	Petit pain	1/2 baguette
	Boule blanche tranchée	1/2 baguette	Baguette
	Pain campagne tranché	Baguette	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Boule blanche tranchée
	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché
		Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
		Pain céréales tranché	Pain complet tranché
		Pain complet tranché	