



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

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 pastourelle : pâte,  
tomate, poivron

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 tourangelle : pomme  
de terre, échalotes,  
flageolets, haricots verts

Sauce américaine : crème,  
cognac, oignons

Sauce berycy : 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>              |
|  | Salade pastourelle           | Tartare de courgettes vinaigrette citron | Salade coleslaw             |
|  | Melon                        | Pomme de terre sauce tartare             | Betteraves ciboulette       |
|  | Potage de légumes            | Potage crécy                             | Velouté de lentilles corail |
|  | Oeufs durs                   | Oeufs durs                               | Oeufs durs                  |
|  | Pâté de campagne             | Pâté de campagne                         | Pâté de campagne            |
|  | Betteraves cuites            | Betteraves cuites                        | Carottes râpées             |
|  | Carottes râpées              | Carottes râpées                          |                             |
|  | <b>Plats</b>                 | <b>Plats complets</b>                    | <b>Plats complets</b>       |
|  | Emincé dinde aux olives      | Courgettes à la volaille                 | Tortis bolognaise           |
|  | Oeufs brouillés fines herbes |  | <b>Plats</b>                |
|  | Quiche lorraine              | <b>Plats</b>                             | Jambon sauce porto          |
|  | Jambon blanc                 | Colombo de porc                          | Omelette                    |
|  | Steak haché veau jus         | Beignets poisson                         | Jambon blanc                |
|  |                              | Escalope de poulet au jus                | Steak haché veau jus        |
|  | <b>Garnitures</b>            | Jambon blanc                             |                             |
|  | Carottes                     | Steak haché veau jus                     | <b>Garnitures</b>           |
|  | Riz créole                   | <b>Garnitures</b>                        | Printanière de légumes      |
|  | Salade verte                 | Semoule                                  | Epinards béchamel           |
|  | Haricots verts               | Fondue de poireaux                       | Pomme de terre vapeur       |
|  | Pâtes                        | Haricots verts                           | Purée pomme de terre        |
|  | Purée pomme de terre         | Pâtes                                    | Haricots verts              |
|  | Pomme de terre vapeur        | Pomme de terre vapeur                    | Pâtes                       |
|  | <b>Laitages</b>              | Purée pomme de terre                     | <b>Laitages</b>             |
|  | Fromage frais nature         | <b>Laitages</b>                          | Fraidou                     |
|  | Saint Paulin                 | Fondu président                          | Coulommiers                 |
|  | Yaourt nature                | Tomme blanche                            | Fromage blanc               |
|  | Camembert                    | Yaourt aromatisé                         | Yaourt nature               |
|  | Yaourt aromatisé             | Fromage blanc                            | Yaourt aromatisé            |
|  | Fromage blanc                | Camembert                                |                             |
|  | <b>Desserts</b>              | Yaourt nature                            | <b>Desserts</b>             |
|  | Beignet framboise            | <b>Desserts</b>                          | Liégeois café               |
|  | Flan chocolat                | Purée pomme fleur d'oranger              | Semoule au lait             |
|  | Pomme four cannelle          | Pêche                                    | Nectarine                   |
|  | Semoule au lait              | Fromage blanc noix de coco               | Chou à la crème             |
|  | Tartelette pommes            | Tartelette pommes                        | Tartelette pommes           |
|  | Purée de fruits              | Chou à la crème                          | Purée de fruits             |
|  | Chou à la crème              | Riz au lait café                         | 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>                     |
| Saucisson ail                  | Concombre vinaigrette     | Taboulé                    | Pâté de foie                       |
| Tomate vinaigrette balsamique  | Salade de lentilles       | Galantine volaille         | Macédoine légumes mayo             |
| Potage de légumes              | Potage parmentier         | Potage courgettes          | Potage de légumes                  |
| Betteraves cuites              | Oeufs durs                | Betteraves cuites          | Betteraves cuites                  |
| Oeufs durs                     | Pâté de campagne          | Oeufs durs                 | Oeufs durs                         |
| Carottes râpées                | Betteraves cuites         | Carottes râpées            | Carottes râpées                    |
|                                | Carottes râpées           |                            |                                    |
| <b>Plats complets</b>          | <b>Plats complets</b>     | <b>Plats</b>               | <b>Plats</b>                       |
| Pomme de terre à la sarladaise | Chou-fleur parisienne     | Saucisse de Toulouse       | Poulet rôti (cuisse)               |
|                                |                           | Rognons boeuf sauce madère | Escalope de porc sauce aigre douce |
| <b>Plats</b>                   | <b>Plats</b>              | Feuilletés au fromage      | Filet lieu sauce citron            |
| Paupiette de veau sauce tomate | Marmite de poisson        | Jambon blanc               | Jambon blanc                       |
| Filet lieu crème curcuma       | Cordon bleu volaille      | Steak haché veau jus       | Steak haché veau jus               |
| Escalope de poulet au jus      | Escalope de poulet au jus | Escalope de poulet au jus  |                                    |
| Jambon blanc                   | Jambon blanc              |                            | <b>Garnitures</b>                  |
| Steak haché veau jus           | Steak haché veau jus      |                            | Rosti de légumes                   |
|                                |                           | <b>Garnitures</b>          | Lentilles                          |
| <b>Garnitures</b>              | <b>Garnitures</b>         | Ratatouille                | Purée de brocolis                  |
| Petits pois                    | Purée pomme de terre      | Pâtes papillons            | Haricots verts                     |
| Riz créole                     | Haricots verts oignons    | Salade verte               | Purée pomme de terre               |
| Pâtes                          | Pâtes                     | Pomme de terre vapeur      | Pomme de terre vapeur              |
| Purée pomme de terre           | Pomme de terre vapeur     | Purée pomme de terre       | Pâtes                              |
| Pomme de terre vapeur          |                           | Pâtes                      |                                    |
| Haricots verts                 | <b>Laitages</b>           | Haricots verts             | <b>Laitages</b>                    |
|                                | Pavé 1/2 sel              |                            | Petit moulé nature                 |
| <b>Laitages</b>                | Yaourt nature             | <b>Laitages</b>            | Cantal                             |
| Crème anglaise                 | Yaourt aromatisé          | Fromage frais sel Guérande | Camembert                          |
| Petit fromage aux noix         | Fromage blanc             | Emmental                   | Fromage blanc                      |
| Yaourt nature                  | Camembert                 | Yaourt aromatisé           | Yaourt nature                      |
| Yaourt aromatisé               |                           | Yaourt nature              | Yaourt aromatisé                   |
| Fromage blanc                  | <b>Desserts</b>           | Fromage blanc              |                                    |
| Camembert                      | Mousse au chocolat        | Camembert                  | <b>Desserts</b>                    |
|                                | Orange                    |                            | Far aux abricots                   |
| <b>Desserts</b>                | Tapioca au lait et miel   | <b>Desserts</b>            | Entremets praliné                  |
| Moelleux aux myrtilles         | Chou à la crème           | Flan nappé caramel         | Pomme                              |
| Pomme                          | Tartelette pommes         | Purée pomme fraise         | Tartelette pommes                  |
| Crème dessert vanille          | Purée de fruits           | Yaourt aromatisé           | Purée de fruits                    |
| Tartelette pommes              |                           | Chou à la crème            | Chou à la crème                    |
| Chou à la crème                | <b>Suppléments</b>        | Tartelette pommes          | Bouillie de froment                |
| Bouillie froment chocolat      | Petit pain                | Riz au lait vanillé        |                                    |
| Purée de fruits                | 1/2 baguette              |                            | <b>Suppléments</b>                 |
|                                | Baguette                  | <b>Suppléments</b>         | Petit pain                         |
| <b>Suppléments</b>             | Baguette tradition        | Petit pain                 | 1/2 baguette                       |
| Petit pain                     | Boule blanche tranchée    | 1/2 baguette               | Baguette                           |
| 1/2 baguette                   | Pain campagne tranché     | Baguette                   | Baguette tradition                 |
| Baguette                       | Pain céréales tranché     | Baguette tradition         | Boule blanche tranchée             |
| Baguette tradition             | Pain complet tranché      | Boule blanche tranchée     | Pain céréales tranché              |
| Boule blanche tranchée         |                           | Pain campagne tranché      | Pain céréales tranché              |
| Pain campagne tranché          |                           | Pain céréales tranché      | Pain campagne tranché              |
| Pain céréales tranché          |                           | Pain complet tranché       | Pain complet tranché               |
| Pain complet tranché           |                           |                            |                                    |