



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°27 : 30 JUIN 2025 AU 06 JUILLET 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 13 juin

Salade des incas : riz, maïs,
carottes

Salade bicolore : carottes,
radis râpés

Chou-fleur sauce gribiche :
chou-fleur, mayonnaise,
cornichons, oeuf dur,
estragon

Salade fantaisie : céleri,
pomme, raisin sec

Salade parisienne : pomme
de terre, tomate, jambon,
cornichon, ciboulette

Sauce catalane : poivrons,
piment, ail, huile olive, oignon
Sauce mouclade : sauce
crème au curry

Julienne de légumes :
carottes, navets, courgettes

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade pâtes basilic	Betteraves à l'ail	Pâté de campagne
Carottes râpées	Melon	Salade des incas
Potage à la tomate	Potage de légumes	Potage crécy
Betteraves cuites	Carottes râpées	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
		Carottes râpées
Plats complets	Plats complets	Plats complets
Courgettes aux boeuf	Pâtes tortis sauce tomate, basilic, dés de jambon	Couscous de poulet
		Raviolis boeuf sauce tomate
Plats	Plats	Plats
Crêpe au fromage	Boulettes agneau sauce catalane	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Lieu façon bouillabaisse	Jambon blanc
Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Jambon blanc	
	Steak haché veau jus	Garnitures
Garnitures	Garnitures	Epinards béchamel
Purée pomme de terre	Navets	Purée pomme de terre
Julienne de légumes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pâtes
Haricots verts	Pâtes	Haricots verts
Pâtes	Haricots verts	
Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Petit moulé aux herbes	Brie
Pavé 1/2 sel	Pont l'Evêque	Rondelé nature
Camembert	Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
	Camembert	
Desserts	Desserts	Desserts
Purée pomme fleur d'oranger	Riz au lait à la pêche ssu	Onctueux au café ssu
Yaourt nature	Pomme entière four cannelle ssu	Abricots
Semoule au lait ssu	Purée de fruits	Purée de fruits
	Tapioca lait vanille ssu	Floraline au cacao ssu
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
Salade bicolore	Chou-fleur sauce gribiche	Salade pomme de terre, ciboulette	Tomate vinaigrette olives
Macédoine légumes mayo	Potage courgettes	Concombre vinaigrette	Potage de légumes
Potage de légumes	Oeufs durs	Potage poireaux p. de terre	Oeufs durs
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Carottes râpées
Betteraves cuites	Carottes râpées	Oeufs durs	Betteraves cuites
Carottes râpées		Carottes râpées	
	Plats complets		Plats complets
Plats complets	Parmentier de poisson		Salade parisienne (froid)
Poêlée de blettes à la provençale à la volaille		Plats	Plats
	Plats	Rôti porc au jus	Filet de colin sauce mouclade
Plats	Tarte aux poireaux	Emincé de poulet à l'ancienne	Tomate farcie
Omelette	Escalope de poulet au jus	Clafoutis aux brocolis	Escalope de poulet au jus
Boeuf aux olives	Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
Jambon blanc			Garnitures
Steak haché veau jus	Garnitures	Garnitures	Carotte et fenouil braisé
	Lentilles à la provençale	Ratatouille	Riz créole
Garnitures	Salade verte	Purée pois cassés	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Haricots verts	Salade verte	Purée pomme de terre
Penne rigate (pâtes)	Pâtes	Haricots verts	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	
			Laitages
Laitages	Laitages	Laitages	Mimolette
Coulommiers	Emmental	Fondu président	Petit moulé nature
Petit fromage aux noix	Vache qui rit	Camembert	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature	Camembert
	Camembert		
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Fondant pomme abricot romarin ssu	Nectarine	Purée pommes	Moelleux citron ssu
Bouillie froment ssu	Crème pâtissière griottes ssu	Tapioca au lait ssu	Pomme
Purée de fruits	Purée de fruits		Purée de fruits
	Riz au lait ssu	Suppléments	Bouillie froment cacao ssu
Suppléments	Suppléments	Petit pain	
Petit pain	Petit pain	1/2 baguette	Suppléments
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette	Petit pain
Baguette	Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Baguette
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché		Pain céréales tranché
			Pain complet tranché