



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°29 : 14 JUILLET 2025 AU 20 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 27 juin

Salade perle à l'italienne :
perles, tomate, olive, basilic
Salade arlequin : pdt, petits
pois, maïs

Salade pastourelle : pâte,
tomate, poivron

Salade riz niçoise : riz,
tomate, olive noire, basilic,
oignon

Semoule fantaisie : semoule,
maïs, tomate

Potage st germain : pois
cassés, Pomme De Terre,
crème

Moussaka : gratin aubergines
grillées, tomate, boeuf
Blettes à la parisienne :
blettes, jambon, béchamel

Salade bavaroise : pomme de
terre, tomate, emmental,
jambon, persil

Salade camarguaise : riz,
tomate, poivron, olive,
cornichon

Sauce Tandoori : fromage
blanc, jus citron, épices,
paprika

Sauce à la diable : roux,
sauce moutarde, tomate

Julienne de légumes :
carottes, navets, courgettes

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Carotte cuite, coeur de palmier citron coriandre sse	Macédoine légumes sse	Betteraves à la framboise sse
Potage poireaux pomme de terre sse	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse
Salade perle à l'italienne	Salade pastourelle	Salade riz niçoise
Oeufs durs	Oeufs durs	Salade arlequin
Salade arlequin	Salade arlequin	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats	Plats	Plats
Poulet sauce basquaise sse	Filet de lieu sauce oseille sse	Escalope de porc à la provençale sse
Jambon blanc sse	Omelette sse	Cake poisson coriandre citron sse
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Riz créole sse	Purée pomme de terre sse	Pâtes tortis sse
Jardinière de légumes sse	Ratatouille sse	Haricots verts sse
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pâtes	
Haricots verts	Haricots verts	Laitages
Laitages	Laitages	Fromage frais nature
Petit moulé nature	Petit fromage aux noix	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	
Desserts	Desserts	Desserts
Panna cotta au coulis de fruits rouges	Purée pomme pêche	Onctueux à la vanille
Pomme	Mousse au chocolat	Flan nappé caramel
Liégeois café	Crêpe sucrée	Nectarine
Purée de fruits	Riz au lait	Semoule au lait
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Tartelette pommes
Bouillie froment café		Chou à la crème
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
Semoule fantaisie sse	Tartare légumes fromage blanc ciboulette sse	Melon	Tomate vinaigrette sse
Potage de légumes sse	Potage à la tomate sse	Potage saint germain sse	Potage de légumes sse
Tomate ciboulette	Salade de lentilles	Betteraves cuites	Oeufs durs
Oeufs durs	Oeufs durs	Salade arlequin	Betteraves cuites
Salade arlequin	Salade arlequin	Oeufs durs	Salade arlequin
Betteraves cuites	Betteraves cuites		
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats
Salade bavaroise (froid) sse	Salade camarguaise sse	Tajine de volaille sse	Rôti de porc au jus sse
		Clafoutis à la provençale sse	Haché de veau sauce paprika sse
Plats	Plats	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Sauté de boeuf à la tomate sse	Lieu sauce citron sse		Steak haché veau jus
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Garnitures	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Semoule sse	Garnitures
		Brunoise de légumes sse	Petits pois fermiers sse
Garnitures	Garnitures	Carotte et fenouil braisé	Pâtes papillons sse
Courgettes braisées sse	Haricots verts sse	Haricots verts	Riz aux poivrons
Haricots verts	Julienne de légumes	Pâtes	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes		
	Laitages	Laitages	Laitages
Laitages	Emmental	Yaourt nature	Fromage frais nature
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature
Fromage blanc	Fromage blanc		Yaourt aromatisé
		Desserts	
Desserts	Desserts	Nectarine	Desserts
Tarte abricotine	Semoule au lait café	Crème pâtissière noix de coco	Fondant pomme mûres
Purée pomme verveine	Abricots	Flan nappé caramel	Pomme
Liégeois chocolat	Yaourt aromatisé	Floraline au lait	Crème dessert vanille
Bouillie froment vanillée	Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème
	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Suppléments	Tapioca au lait		Bouillie froment chocolat
Petit pain		Suppléments	
1/2 baguette	Suppléments	Petit pain	Suppléments
Baguette	Petit pain	1/2 baguette	Petit pain
Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette	1/2 baguette
Boule blanche tranchée	Baguette	Baguette tradition	Baguette
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée
Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
	Pain complet tranché		Pain complet tranché