



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

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 :
bledettes, 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, coeurs de palmiers, coriandre	Macédoine légumes mayo	Betteraves à la framboise
Salade perle à l'italienne	Salade pastourelle	Salade riz niçoise
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage crécy
Oeufs durs	Oeufs durs	Salade arlequin
Salade arlequin	Salade arlequin	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats complets	Plats	Plats complets
Moussaka de boeuf	Boudin noir	Blettes à la parisienne
	Filet de lieu sauce oseille	
Plats	Omelette	Plats
Poulet sauce basquaise	Jambon blanc	Escalope de porc sauce provençale
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Cake au poisson coriandre citron vert
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
		Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Jambon blanc
Riz créole	Purée pomme de terre	
Jardinière légumes	Epinards béchamel	Garnitures
Pomme de terre vapeur	Ratatouille	Pâtes tortis
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pâtes	Pâtes	Purée pomme de terre
Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Laitages	Laitages	Laitages
Fondue président	Camembert	Vache qui rit
Coulommiers	Petit fromage aux noix	Bûchette mi-chèvre
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert
		Fromage blanc
Desserts	Desserts	Desserts
Panna cotta fruits rouges ssu	Purée pomme pêche	Onctueux à la vanille ssu
Bouillie de froment café ssu	Riz au lait ssu	Nectarine
Pomme		Purée de fruits
Purée de fruits	Suppléments	Semoule au lait ssu
	Petit pain	
Suppléments	1/2 baguette	Suppléments
Petit pain	Baguette	Petit pain
1/2 baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette	Boule blanche tranchée	Baguette
Baguette tradition		Baguette tradition
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	Tartare légumes fromage frais ciboulette	Melon	Tomate vinaigrette
Potage de légumes	Potage à la tomate	Potage St Germain	Potage de légumes
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)	Salade camarguaise (froid)	Tajine volaille	Palette porc diable
		Clafoutis à la provençale	Saumonette sauce dieppoise
Plats	Plats	Feuilleté poisson beurre blanc	Quenelles veau sauce paprika
Sauté de boeuf à la tomate	Beignets poisson	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Croissant jambon	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Jambon blanc	Escalope de poulet au jus		Jambon blanc
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Garnitures	
	Steak haché veau jus	Semoule	Garnitures
Garnitures	Garnitures	Carotte et fenouil braisé	Petits pois fermiers
Courgettes	Haricots verts	Brunoise de légumes	Riz aux poivrons
Purée de carottes	Julienne de légumes	Haricots verts	Pâtes papillons
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts
Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre			
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Rondelé nature	Emmental	Pavé 1/2 sel	Brie
Yaourt nature	Tomme blanche	Pont l'Evêque	Fraidou
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
	Camembert	Camembert	
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Purée pomme verveine	Semoule au lait café ssu	Nectarine	Fondant pommes mûres ssu
Fromage frais x2	Abricots	Crème pâtissière coco ssu	Pomme
Bouillie froment vanillée ssu	Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits
	Tapioca au lait ssu	Floraline lait ssu	Bouillie froment cacao ssu
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché