



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°30 : 21 JUILLET 2025 AU 27 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 04 juillet

Salade coleslaw : émincé

chou blanc carotte mayo

Salade pâtes tricolore : pâtes,
olives, poivrons

Salade fantaisie : céleri,

pomme, ananas, raisin sec

Salade de perles estivales :

perles, concombre, menthe

Salade soisson : haricots

blancs, tomate, poivron,

paprika

Escalope viennoise : filet

volaille pané

Sauce barbecue : Ketchup,

moutarde, miel

Sauce bretonne : fumet

poisson, oignons, céleri,

poireaux, champignons

Poêlée campagnarde lardons

: haricots verts et beurre,

potimonde, lardons

Parmentier saint germain :

parmentier pomme de terre,

pois cassés, julienne de

légumes

Poêlée de légumes : haricots

verts, carottes, navets

Salade pastourelle : pâtes,

tomates, poivrons

Piperade : poivrons, ail,

oignons, huile olive

Mitonnée de légumes :

haricots verts, carottes,

courgettes

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade coleslaw sse	Taboulé sse	Salade pâtes tricolores sse
Velouté de lentilles corail sse	Potage courgette céleri sse	Potage de légumes sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
	Carottes cuites au cerfeuil	Tomate vinaigrette
Plats complets	Plats	Plats complets
Tortis bolognaise sse	Emincé de dinde sauce tomate origan sse	Duo de poisson fondue de poireaux sse
Plats	Marmite de poisson sse	
Frittata poivron sse	Steak haché veau jus	Plats
Escalope de poulet au jus		Escalope porc au jus sse
Steak haché veau jus	Garnitures	Escalope de poulet au jus
	Chou-fleur sse	Steak haché veau jus
Garnitures	Riz créole sse	
Piperade sse	Salade verte	Garnitures
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Poêlée de légumes sse
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts
Haricots verts	Pâtes	Pâtes
Laitages		Pomme de terre vapeur
Emmental	Laitages	
Yaourt nature	Rondelé nature	Laitages
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Fromage blanc
Desserts	Desserts	Desserts
Purée pomme fraise	Onctueux au chocolat	Pêche
Liégeois vanille	Pomme	Tapioca au lait caramel
Fromage blanc coulis abricots	Yaourt aromatisé	Tartelette pommes
Semoule au lait café	Tapioca au lait	Chou à la crème
Tartelette pommes	Purée de fruits	Riz au lait
Chou à la crème	Chou à la crème	Beignet framboise
	Tartelette pommes	Purée de fruits
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 fantaisie sse	Haricots verts vinaigrette sse	Macédoine légumes sse	Melon
Potage au pistou sse	Potage poireaux pomme de terre sse	Potage courgettes sse	Potage de légumes sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Concombre vinaigrette	Oeufs durs
Betteraves cuites	Carottes râpées	Betteraves cuites	Carottes râpées
Carottes râpées	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
	Salade de perles estivale	Carottes râpées	
Plats	Plats	Plats	Plats
Filet de poulet au jus sse	Filet lieu sauce bretonne sse	Colombo de porc sse	Poulet rôti herbes sse
Jambon blanc sse	Steak haché veau jus sse	Oeufs brouillés sse	Lieu sauce citron sse
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
		Steak haché veau jus	
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Ratatouille sse	Riz créole sse	Carottes sse	Pomme de terre rissolées sse
Salade pomme de terre sse froid	Mitonnée de légumes sse	Petits pois sse	Haricots beurre sse
Haricots verts	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Salade verte
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Coquillettes	Pâtes
	Haricots verts		
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Crème anglaise	Yaourt nature	Fromage frais nature	Petit fromage aux noix
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc		Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Moelleux coco	Purée pomme abricot	Bouillie froment cannelle	Far nature
Prunes	Crème pâtissière amandes	Nectarine	Pomme
Bouillie de froment	Flan nappé caramel	Tapioca au lait	Mousse café
Purée de fruits	Semoule au lait café	Tartelette pommes	Floraline lait fleur d'oranger
Chou à la crème	Tartelette pommes	Purée de fruits	Chou à la crème
Tartelette pommes	Chou à la crème	Chou à la crème	Tartelette pommes
Flan vanille		Crème dessert caramel	Purée de fruits
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
Pain de maïs tranché		Pain de maïs tranché	