



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°36 : 01 SEPTEMBRE 2025 AU 07 SEPTEMBRE 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 15 août

Salade arlequin : pdt, poivron,
maïs

Salade antillaise : riz, ananas,
poivrons

Salade Marco Polo : pâtes,
surimi, poivrons, mayonnaise
Sauce angevine : crème,
oseille, champignons,
oignons

Sauce barbecue : Ketchup,
moutarde, miel

Escalope viennoise : filet
volaille pané

Salade nicarde : pomme de
terre, tomate, haricots verts,
vinaigrette

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

Julienne de légumes :
carottes, navets, courgettes

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Tartare de courgettes vinaigrette citron	Carottes râpées	Tomate basilic
Salade arlequin	Salade antillaise	Salade de lentilles
Velouté de lentilles corail	Potage de légumes	Potage poireaux p. de terre
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Carottes râpées		Carottes râpées
Plats complets	Plats complets	Plats complets
Gratin de poisson aux épinards	Hachis parmentier	Salade marco polo (froid)
Plats	Plats	Plats
Jambonneau	Escalope porc moutarde	Emincé de dinde sauce barbecue
Filet de poulet crème origan	Frittata mozzarella poivron	
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Ratatouille	Navets
Haricots coco	Haricots beurre ail persil	Carottes et brocolis
Petits pois	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes
Haricots verts		Purée pomme de terre
Pâtes	Laitages	Laitages
Laitages	Yaourt nature	Rondelé nature
Fromage frais sel Guérande	Carré fromager	Bûchette mi-chèvre
Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert
Fromage blanc	Desserts	Fromage blanc
Camembert	Pomme	Yaourt nature
Desserts	Semoule au lait ssu	Desserts
Purée pomme cassis	Purée de fruits	Entremets vanille ssu
Riz au lait vanillé ssu	Suppléments	Bouillie froment cacao ssu
Suppléments	Petit pain	Pêche
Petit pain	1/2 baguette	Purée de fruits
1/2 baguette	Baguette	Suppléments
Baguette	Boule blanche tranchée	Petit pain
Baguette tradition	Baguette tradition	1/2 baguette
Boule blanche tranchée		Baguette
Pain complet tranché		Baguette tradition
		Boule blanche tranchée
		Pain campagne tranché
		Pain céréales tranché
		Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Macédoine légumes mayo	Betteraves cuites	Salade de riz, tomate, maïs	Concombre à l'aneth
Taboulé	Potage de légumes	Radis sauce fromage blanc ciboulette	Potage de légumes
Potage crécy	Carottes râpées	Velouté aux asperges	Betteraves cuites
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
Oeufs durs		Oeufs durs	Carottes râpées
Carottes râpées		Carottes râpées	
	Plats		Plats complets
Plats	Colin d'Alaska pané		Courgettes à la volaille
Saucisse sauce rougail	Sauté porc à l'italienne	Plats	
Tarte tomate chèvre basilic	Assiette de charcuterie	Poulet rôti (cuisse)	Plats
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Oeufs brouillés	Sauté de boeuf sauce tomate et origan
Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc	Lieu sauce sauge
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
	Garnitures		Steak haché veau jus
Garnitures	Carottes crème de poivrons	Garnitures	Jambon blanc
Riz créole	Pâtes farfalles	Poêlée légumes	
Purée de céleri	Salade nicarde (froid)	Pommes de terre boulangères	Garnitures
Salade verte	Haricots verts	Salade verte	Coquillettes
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Julienne de légumes
Pâtes	Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur		Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
	Laitages		Purée pomme de terre
Laitages	Gouda	Laitages	
Fromage frais ail fines herbes	Petit moulé nature	Fraidou	Laitages
Cantal	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage frais sel Guérande
Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc	Brie
Yaourt nature	Camembert	Camembert	Fromage blanc
Fromage blanc			Yaourt nature
	Desserts	Desserts	
Desserts	Onctueux à la fleur d'oranger ssu	Purée pomme menthe	Desserts
Clafoutis griottes ssu	Fromage blanc nature	Entremets chocolat ssu	Far aux abricots ssu
Purée pomme verveine	Pomme	Bouillie de froment café ssu	Tapioca lait vanille ssu
Floraline lait vanille ssu	Purée de fruits		Nectarine
	Riz au lait ssu	Suppléments	Purée de fruits
Suppléments		Petit pain	
Petit pain	Suppléments	1/2 baguette	Suppléments
1/2 baguette	Petit pain	Baguette	Petit pain
Baguette	1/2 baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette tradition	Baguette	Boule blanche tranchée	Baguette
Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché		Pain céréales tranché
	Pain complet tranché		Pain complet tranché