



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°38 : 15 SEPTEMBRE 2025 AU 21 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 29 août

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,
pomme de terre, 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	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	Tortis bolognaise sse	Plats	Plats complets
Plats	Frittata poivron sse	Emincé de dinde sauce tomate origan sse	Duo de poisson fondue de poireaux sse
	Escalope de poulet au jus	Marmite de poisson sse	
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Plats
Garnitures	Piperade sse	Garnitures	Escalope porc au jus sse
	Pâtes	Chou-fleur sse	Escalope de poulet au jus
	Pomme de terre vapeur	Riz créole sse	Steak haché veau jus
	Haricots verts	Salade verte	
Laitages	Emmental	Pomme de terre vapeur	Garnitures
	Yaourt nature	Haricots verts	Poêlée de légumes sse
	Yaourt aromatisé	Pâtes	Haricots verts
	Fromage blanc	Laitages	Pâtes
Desserts	Purée pomme fraise	Rondelé nature	Pomme de terre vapeur
	Liégeois vanille	Yaourt aromatisé	
	Fromage blanc coulis abricots	Yaourt nature	Laitages
	Semoule au lait café	Fromage blanc	Yaourt nature
	Tartelette pommes	Desserts	Yaourt aromatisé
	Chou à la crème	Onctueux au chocolat	Fromage blanc
Suppléments	Petit pain	Pomme	
	1/2 baguette	Yaourt aromatisé	Desserts
	Baguette	Tapioca au lait	Pêche
	Baguette tradition	Purée de fruits	Tapioca au lait caramel
	Boule blanche tranchée	Chou à la crème	Tartelette pommes
		Tartelette pommes	Chou à la crème
		Suppléments	Riz au lait
		Petit pain	Beignet framboise
		1/2 baguette	Purée de fruits
		Baguette	
		Baguette tradition	Suppléments
		Boule blanche tranchée	Petit pain
			1/2 baguette
			Baguette
			Baguette tradition
			Boule blanche tranchée
			Pain campagne tranché
			Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
achards de légumes	Salade fantaisie 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
		Carottes râpées	
Plats	Plats	Plats	Plats
emincés de poulet façon akoho sy voanio	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
Filet de poulet au jus sse	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus		Steak haché veau jus	
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Purée de pomme de terre muscade sse	Navets	Pomme de terre rissolées sse
Riz créole sse	carottes braisées sse	Ratatouille sse	Haricots beurre sse
Salade pomme de terre sse froid	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Salade verte
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Coquillettes	Pâtes
Pâtes	Haricots verts		
	Laitages	Laitages	Laitages
Laitages	Yaourt nature	Fromage frais nature	Petit fromage aux noix
Fromage frais nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé		Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Fromage blanc			
	Desserts	Desserts	Desserts
Desserts	Purée pomme abricot	Bouillie froment cannelle	Clafoutis aux raisins
fondant pomme banane vanille	Crème pâtissière amandes	Nectarine	Mousse café
Prunes	Flan nappé caramel	Tapioca au lait	Floraline lait fleur d'oranger
Purée de fruits	Semoule au lait café	Tartelette pommes	Chou à la crème
Chou à la crème	Tartelette pommes	Purée de fruits	Tartelette pommes
Tartelette pommes	Chou à la crème	Chou à la crème	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			