



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°3 : 18 JANVIER 2021 AU 24 JANVIER 2021

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 01 janvier

Salade strasbourgeoise :
PDT, saucisse Strasbourg
Salade auvergnate : chou
blanc, emmental, oignons,
persil

Potage Dubarry : crème de
chou-fleur, PDT

Bœuf façon Baeckoffe : P. de
terre en lamelles, oignons,
bœuf égrené

Sauce mère : base de
braisage, roux, mère

Sauce forestière : roux,
champignons, oignon

Sce Vallée d'Auge : crème,
cidre, pomme, oignons

Sauce bretonne : fumet
poisson, oignons, céleri,
poireaux, champignons

Rougail de saucisse :

saucisse, sc tomate

Sce aurore : crème, tomate,
oignons

Polenta : farine de maïs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves cibuollette	Semoule mimolette	Carottes cuites vinaigrette	
Potage de légumes	Potage de légumes	Crème potiron muscade	
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats	Plats	Plats	
Sauté de bœuf au jus	Omelette	Boulettes bœuf au jus	
Escalope de dinde	Jambon braisé	Filet lieu sauce citron	
Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde	
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc	
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
Garnitures	Garnitures	Garnitures	
Carottes braisées	Duo haricots verts et beurre persil	Riz créole	
Coquillettes	Purée pomme de terre	Endives béchamel	
Navets braisés	Purée pois cassés	Haricots verts	
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes	
Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur	
Pomme de terre vapeur		Purée pomme de terre	
Laitages	Laitages	Laitages	
Saint Paulin	Fromage blanc	Yaourt nature	
Fondu président	Yaourt nature	Gouda	
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	
Yaourt nature		Yaourt aromatisé	
Yaourt aromatisé			
Desserts	Desserts	Desserts	
Flan vanille	Crème pâtissière rhum	Purée pomme orange	
Riz au lait caramel	Pomme du Verger	Liégeois vanille	
Tartelettes pommes	Mousse chocolat au lait	Fromage blanc miel	
Purée de fruits	Tartelettes pommes	Bouillie froment café	
	Purée de fruits	Tartelettes pommes	
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	
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Haricots verts V	Salade de perles aux petits légumes	Salade pâtes basilic	Betteraves cuites
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats	Plats complets	Plats	Plats complets
Poulet sauce Vallée d'Auge	Risotto fermier	Emincé dinde sauce aurore	Boeuf Baeckoffe
Steak haché veau jus		Oeufs brouillés	Plats
Escalope de dinde	Plats	Steak haché veau jus	Sauté de porc au jus
Jambon blanc	Filet colin sauce citron	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus		Jambon blanc
Garnitures	Jambon blanc	Garnitures	Escalope de dinde
Navets	Escalope de dinde	Purée pomme de terre	
Pâtes tortis	Garnitures	Julienne de légumes	Garnitures
Haricots verts	Epinards	Haricots verts	Carottes braisées
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Pâtes		Pâtes
Laitages	Haricots verts	Laitages	Haricots verts
Yaourt aromatisé	Laitages	Emmental	
Yaourt nature	Fromage frais nature	Fraidou	Laitages
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature	Crème anglaise
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Desserts	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Clafoutis nature	Desserts		Fromage blanc
Purée pommes	Entremets caramel	Crème dessert vanille	
Riz au lait vanillé	Flan chocolat	Mousse au citron	Desserts
	Poire	Floraline lait fleur d'oranger	Moelleux au chocolat
Suppléments	Tapioca lait chocolat	Purée de fruits	Pomme du Verger
Petit pain	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Liégeois café
1/2 baguette	Purée de fruits		Riz au lait
Baguette	Suppléments	Suppléments	Tartelettes pommes
Baguette tradition	Petit pain	Petit pain	Purée de fruits
Pain campagne tranché	1/2 baguette	1/2 baguette	
Pain céréales tranché	Baguette	Baguette	Suppléments
Pain complet tranché	Baguette tradition	Baguette tradition	Petit pain
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	1/2 baguette
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Baguette
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Baguette tradition
	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Baguette tradition
	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché
	Douzaine escargots	Douzaine escargots	Pain céréales tranché
	Douzaine mini-bouchées escargots	Douzaine mini-bouchées escargots	Pain complet tranché
			Pain de maïs tranché
			Pain complet tranché
			Pain de maïs tranché
			Pain épeautre tranché
			Douzaine escargots
			Douzaine mini-bouchées escargots