



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°4 : 25 JANVIER 2021 AU 31 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 08 janvier

Jeudi Menu A : escapade en
Espagne

Potage st germain : pois
cassés, Pomme De Terre,
crème

Sauce piccalilli : sauce à base
de moutard et curcuma

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo

Escalope viennoise : filet
volaille pané

Sauce mornay : béchamel,
jaune d'œuf, fromage

Sauce dieppoise : sauce
crème, vin blanc,

champignons, crevettes,
moules, oignons

Sce grand-mère : crème,
lardons, champignons,

oignons

Carbonnade flammande :
boeuf à la bière et au pain

d'épices

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade de pomme de terre	Carottes cuites au cumin	Cervelas
	Potage de légumes	Potage de légumes	Betteraves ciboulette
	Oeufs durs	Oeufs durs	Potage crécy
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
	Plats	Plats complets	Plats
	Emincé dinde paprika	Cassoulet	Omelette
	Oeufs durs béchamel		Quenelles brochet sauce crustacés
	Steak haché veau jus	Plats	Steak cru
	Jambon blanc	Rôti porc au jus	Steak haché veau jus
	Escalope de dinde	Cake aux trois fromages	Jambon blanc
	Garnitures	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Pâtes	Jambon blanc	
	Haricots beurre	Steak haché veau jus	Garnitures
	Pomme de terre vapeur	Garnitures	Coquillettes
	Purée pomme de terre	Navets	Julienne de légumes
	Laitages	Julienne de légumes	Epinards à la crème
	Gouda	Purée pomme de terre	Haricots verts
	Rondelé nature	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Yaourt nature	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Yaourt aromatisé	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Fromage blanc	Laitages	Laitages
	Desserts	Fromage frais sel Guérande	Yaourt nature
	Purée pomme vanille	Fromage blanc	Vache qui rit
	Flan nappé caramel	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
	Tartelette pommes	Desserts	Desserts
	Tapioca lait chocolat	Entremet chocolat	Poire
	Suppléments	Pomme du Verger	Bouillie froment vanillée
	Petit pain	Mousse café	Purée pomme ananas cannelle
	1/2 baguette	Riz au lait fleur orange	Tartelette pommes
	Baguette	Tartelette pommes	Suppléments
	Baguette tradition	Purée de fruits	Petit pain
	Pain campagne tranché	Suppléments	1/2 baguette
	Pain céréales tranché	Petit pain	Baguette
	Pain complet tranché	1/2 baguette	Baguette tradition
	Pain épeautre tranché	Baguette	Pain campagne tranché
		Baguette tradition	Pain céréales tranché
		Pain campagne tranché	Pain complet tranché
		Pain céréales tranché	
		Pain complet tranché	
		Pain épeautre tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Crêpe au fromage	Pâté de foie	Salade de perles aux petits légumes	Pomme de terre vinaigrette
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Velouté potiron
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Pâté de campagne
			1/2 Pomelos
			Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats	Plats complets
Carbonnade flammande	Colin sauce citron	Poulet rôti (cuisse)	Blettes à la volaille
Jambon blanc	Pomme de terre farcie	Croque monsieur	
Escalope de dinde	Steak cru	Jambon blanc	Plats
Steak cru	Steak haché veau jus	Steak cru	Duo poisson sc crème curcuma
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
	Escalope de dinde		Jambon blanc
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Steak cru
Purée pomme de terre	Carottes au beurre	Haricots verts persillés	Steak haché veau jus
Navets persillés	Riz créole	Purée pomme de terre	
Poireaux béchamel	Poêlée légumes	Pomme de terre vapeur	Garnitures
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Riz pilaf
Pâtes	Purée pomme de terre		Haricots verts
Haricots verts	Pâtes	Laitages	Pâtes
	Haricots verts	Emmental	Pomme de terre vapeur
Laitages	Laitages	Fromage blanc	Purée pomme de terre
Cotentin	Yaourt nature	Yaourt nature	
Pavé 1/2 sel	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Laitages
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc	Gouda
Yaourt aromatisé			Yaourt aromatisé
Fromage blanc			Yaourt nature
	Desserts	Desserts	Fromage blanc
Desserts	Tapioca lait cannelle	Purée pomme miel	
Semoule au lait café	Flan vanille	Liégeois chocolat	Desserts
Mousse au chocolat	Purée de fruits	Bouillie froment café	Ciafoutis aux pommes
Tartelette pommes	Riz au lait vanillé	Tartelette pommes	Fromage blanc nature
Purée de fruits	Tartelette pommes		Floraline au lait
		Suppléments	Purée de fruits
Suppléments	Suppléments	Petit pain	
Petit pain	Petit pain	1/2 baguette	Suppléments
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette	Petit pain
Baguette	Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette tradition	Baguette	Baguette campagne tranché	Baguette
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
	Pain de maïs tranché		Pain de maïs tranché
			Pain épeautre tranché