



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°5 : 01 FÉVRIER 2021 AU 07 FÉVRIER 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 15 janvier

Salade fantaisie : céleri,
pomme, ananas, raisin sec
Salade antillaise : riz, ananas,
tomate, poivron

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo
Salade pdt océane : pdt,
colin, crème, ciboulette,
échalotes

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

Chou-fleur à la parisienne :
chou-fleur, dés de jambon,
béchamel

Sce aurore : crème, fumet
poisson, tomate, oignons
Sauce américaine : crème,
cognac, oignons

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Carottes râpées ciboulette	Chou rouge V	Betteraves à l'aïl
	Taboulé	Museau porc vinaigrette	Salade fantaisie
	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Crème soubise
	Oeufs durs	Pâté de campagne	1/2 Pomelos
	Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Pâté de campagne
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
	Plats complets	Plats complets	Plats
	Gratin poisson légumes	Parmentier boeuf potiron	Emincé dinde sauce crème
			Omelette
	Plats	Plats	Clafoutis aux carottes cumin emmental
	Echine de porc moutarde	Filet lieu sc aurore	Jambon blanc
	Sauté dinde au cidre	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Jambon blanc	Escalope de dinde	
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Garnitures
			Poêlée légumes
	Garnitures	Garnitures	Pomme de terre rissolées
	Coquillettes	Riz pilaf	Epinards braisés
	Céléris braisés	Petits pois fermiers	Haricots verts
	Haricots verts	Purée pomme de terre	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Purée pomme de terre	Pâtes	
		Haricots verts	Laitages
	Laitages	Laitages	Fondu président
	Yaourt nature	Fromage frais ail fines herbes	Gouda
	Mimolette	Coulommiers	Camembert
	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
	Camembert	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
			Desserts
	Desserts	Desserts	Semoule au lait raisins
	Purée pomme mangue	Crêpe caramel	Mousse au chocolat
	Flan nappé caramel	Orange	Ananas au sirop
	Liégeois café	Crème pâtissière rhum	Chou à la crème
	Riz au lait vanillé	Bouillie froment chocolat	Purée de fruits
	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Tapioca au lait
	Chou à la crème	Tartelettes pommes	Tartelettes 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
	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	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Pâté de campagne	Salade antillaise	Salade pdt océane	Pâté de lapin
Salade pâtes tricolore	Salade coleslaw	Macédoine légumes mayo	Haricots verts échalotes
Potage de légumes	Velouté champignons	Potage de légumes	Potage St Germain
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Pâté de campagne	Pâté de campagne	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats	Plats complets	Plats complets	Plats
Saucisse de Toulouse	Raviolis boeuf sauce tomate	Chou-fleur parisienne	Langue de boeuf sauce madère
Poitrine veau farcie		Risotto de volaille	Cuisse canette rôtie à l'orange
Tarte au fromage	Plats		Crêpe fruits de mer
Steak haché veau jus	Colin meunière citron	Plats	Escalope de dinde
Jambon blanc	Poulet sauce estragon	Saumonette sc armoricaine	Jambon blanc
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
	Jambon blanc	Jambon blanc	
Garnitures		Steak haché veau jus	Garnitures
Lentilles verts cuisinées	Garnitures		Carottes et navets braisés
Julienne de légumes forestière	Haricots beurre curcuma	Garnitures	Pâtes papillons
	Purée pomme de terre	Polenta crémeuse	Salade verte
Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur		Pâtes	Haricots verts
Pâtes	Laitages	Haricots verts	
Haricots verts	Edam		Laitages
	Fraidou	Laitages	Rondelé aux noix
Laitages	Fromage blanc	Pavé 1/2 sel	Carré fromager
Yaourt aromatisé	Camembert	Tomme noire	Fromage blanc
Brie	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Fromage blanc		Fromage blanc	
	Desserts	Camembert	Desserts
Desserts	Fromage blanc myrtille		Moelleux poire cannelle
Pomme du Verger	Liégeois chocolat	Desserts	Pomme du Verger
Crème dessert vanille	Poire	Clémentines	Yaourt aromatisé
Entremets praliné	Floraline lait vanille	Flan vanille	Semoule au lait café
Riz au lait cannelle	Tartelettes pommes	Purée pomme 4 épices	Tartelettes pommes
Tartelettes pommes	Purée de fruits	Tapioca lait fleur oranger	Purée de fruits
Purée de fruits	Chou à la crème	Tartelettes pommes	Chou à la crème
Chou à la crème		Chou à la crème	
	Suppléments		Suppléments
Suppléments	Petit pain	Suppléments	Petit pain
Petit pain	1/2 baguette	Petit pain	1/2 baguette
1/2 baguette	Baguette	1/2 baguette	Baguette
Baguette	Baguette tradition	Baguette	Baguette tradition
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché		Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
		Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché