



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

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

CLIENT

Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré 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 cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
Betteraves cuites		
Plats complets	Plats complets	Plats
Gratin poisson légumes	Parmentier boeuf potiron	Emincé dinde au jus
		Omelette
Plats	Plats	Clafoutis aux carottes cumin emmental
Escalope porc au jus	Filet lieu sc aurore	Jambon blanc
Jambon blanc	Jambon blanc	Steak cru
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Coquillettes	Riz créole	Poêlée légumes
Céleris braisés	Purée pomme de terre	Pomme de terre rissolées
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Epinards braisés
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts
Purée pomme de terre	Haricots verts	Pâtes
		Purée pomme de terre
Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Cotentin	Fondu président
Mimolette	Fromage blanc	Gouda
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
		Yaourt aromatisé
Desserts	Desserts	Desserts
Purée pomme mangue	Crêpe caramel beurre salé	Semoule au lait
Flan nappé caramel	Crème pâtissière rhum	Purée pommes
Liégeois café	Bouillie froment chocolat	Mousse au chocolat
Riz au lait vanillé	Tartelette pommes	Tapioca au lait
Tartelette pommes	Purée de fruits	Tartelette 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	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Salade pâtes tricolore	Salade de riz mimolette	Salade pomme de terre océane	Haricots verts échalotes
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	Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats complets	Plats
Rôti porc au jus	Colin sauce citron	Risotto de volaille	Langue de boeuf au jus
Omelette	Steak haché veau jus		Crêpe fruits de mer
Steak cru	Steak cru		Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Plats	Jambon blanc
Jambon blanc		Sauté de porc au jus sse	Steak cru
Escalope de dinde	Garnitures	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
Garnitures	Haricots beurre curcuma	Jambon blanc	
Purée de carottes	Purée pomme de terre	Steak cru	Garnitures
Julienne de légumes	Pomme de terre vapeur	Steak haché veau jus	Carottes et navets
Purée pomme de terre	Pâtes		Pâtes papillons
Pomme de terre vapeur	Laitages	Garnitures	Purée pomme de terre
Pâtes	Edam	Blettes	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Fraidou	Purée pomme de terre	Haricots verts
Laitages	Fromage blanc	Pâtes	Laitages
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Haricots verts	Rondelé nature
Yaourt nature	Desserts	Laitages	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc nature	Pavé 1/2 sel	Yaourt nature
Desserts	Liégeois chocolat	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Pomme du Verger	Poire	Yaourt aromatisé	Desserts
Crème dessert vanille	Floraline lait vanille	Fromage blanc	Moelleux poire cannelle
Entremets praliné	Tartelette pommes	Desserts	Pomme du Verger
Riz au lait cannelle	Purée de fruits	Flan vanille	Yaourt aromatisé
Tartelette pommes	Suppléments	Purée pomme 4 épices	Semoule au lait café
Purée de fruits	Petit pain	Tapioca lait fleur oranger	Tartelette pommes
Suppléments	1/2 baguette	Tartelette pommes	Purée de fruits
Petit pain	Baguette	Suppléments	Suppléments
1/2 baguette	Baguette tradition	Petit pain	Petit pain
Baguette	Pain campagne tranché	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette tradition	Pain céréales tranché	Baguette	Baguette
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché		Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché		Pain complet tranché	Pain complet tranché
		Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
		Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché