



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

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 cuites vinaigrette	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
		Plats	Omelette
	Plats	Filet lieu sc aurore	Clafoutis aux carottes cumin emmental
	Escalope porc au jus	Jambon blanc	Jambon blanc
	Jambon blanc	Escalope de dinde	Steak cru
	Steak haché veau jus	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	Semoule au lait
	Flan nappé caramel	Crème pâtissière rhum	Purée pommes
	Liégeois café	Bouillie froment chocolat	Mousse au chocolat
	Riz au lait vanillé	Tartelettes pommes	Tapioca au lait
	Tartelettes pommes	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	

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