



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°6 : 08 FÉVRIER 2021 AU 14 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 22 janvier

Salade Marco polo : pâte,
poivron, surimi

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo

Potage paysanne : pdt,
carotte, navet, poireau, chou
vert

Calamars à la romaine :
Lamelles d'encornets panées

Sauce Mornay : béchamel,
jaune d'œuf, fromage

Sauce normande : crème,
champignons, oignons

Bordelaise : vin rouge,
échalotes et oignons

Sauce chasseur : carotte,
oignons, champignons

Trio de légumes : haricots
verts, carottes, choux-fleurs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade coleslaw	Rillettes	Céleri rémoulade
	Salade marco polo	Chou rouge V	Carottes cuites au cumin
	Potage de céleri	Potage de légumes	Potage à l'oseille
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Pâté de campagne
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		Betteraves cuites
	Plats complets	Plats	Plats complets
	Chou vert braisé au boeuf	Jambon braisé sauce porto	Parmentier de poisson
		Boeuf bourguignon	
	Plats	Tarte aux poireaux	Plats
	Blanquette volaille	Steak haché veau jus	Quenelle veau sauce mornay
	Calamars à la romaine	Jambon blanc	Escalope porc moutarde
	Escalope de dinde	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Jambon blanc		Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Garnitures	Steak cru
		Petits pois	Steak haché veau jus
	Garnitures	Coquillettes	
	Riz créole	Salade verte	Garnitures
	Epinards béchamel	Purée pomme de terre	Haricots verts persillés
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Haricots coco
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes
	Pâtes		Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Laitages	Purée pomme de terre
		Gouda	
	Laitages	Cotentin	Laitages
	Vache qui rit	Camembert	Fondu président
	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Saint Paulin
	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Camembert		Fromage blanc
		Desserts	Camembert
	Desserts	Tapioca au lait café	Desserts
	Purée pomme poire	Flan nappé caramel	Tarte normande
	Kiwi	Pomme entière cuite au four	Entremets pistache
	Mousse au chocolat	Riz au lait caramel	Kiwi
	Bouillie froment café	Tartelettes pommes	Semoule au lait
	Chou à la crème	Purée de fruits	Purée de fruits
	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Chou à la crème
		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 épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Macédoine légumes mayo	Salade de lentilles	Saucisson ail	Betteraves ciboulette
Semoule fantaisie	Chou-fleur V	Salade pomme de terre échalotes	Galantine volaille
Velouté potiron	Potage de légumes	Potage paysanne	Potage de légumes
Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats complets	Plats	Plats	Plats complets
Tortellini boeuf crème champignons	Filet colin sauce crevettes	Poulet sauce chasseur	Blattes au boeuf
	Rognons de boeuf sauce bordelaise	Omelette	
Plats	Galette garnie volaille champignons	Cake savoyard	Plats
Emincé de poulet sauce normande	Jambon blanc	Jambon blanc	Rôti de porc aux oignons
Oeufs brouillés	Escalope de dinde	Steak cru	Feuilleté poisson beurre blanc
Steak cru	Steak cru	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus		Jambon blanc
Jambon blanc		Garnitures	Steak cru
	Garnitures	Penne rigate (pâtes)	Steak haché veau jus
Garnitures	Carottes persillées	Trio de légumes	
Julienne de légumes	Riz pilaf	Salade verte	Garnitures
Epinards béchamel	Fondue de poireaux	Purée pomme de terre	Purée de potiron
Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Salade verte
Pâtes	Pâtes	Haricots verts	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur		Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Laitages	Pâtes
		Yaourt nature	Haricots verts
Laitages	Laitages	Brie	
Camembert	Emmental	Fromage blanc	Laitages
Fraidou	Rondelé au poivre	Yaourt aromatisé	Fromage frais sel Guérande
Yaourt nature	Yaourt nature		Mimolette
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Desserts	Yaourt nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Clémentines	Yaourt aromatisé
	Camembert	Fromage blanc coulis mangue	Fromage blanc
Desserts	Desserts	Flan chocolat	Camembert
Flan vanille	Purée pomme vanille	Riz au lait chocolat	Desserts
Pomme du Verger	Crème dessert caramel	Tartelettes pommes	Far breton pruneaux
Bouillie froment cannelle	Tapioca au lait	Purée de fruits	Pomme du Verger
Chou à la crème	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Liégeois café
Purée de fruits	Chou à la crème		Semoule au lait
Tartelettes pommes		Suppléments	Tartelettes pommes
		Petit pain	Purée de fruits
Suppléments	Suppléments	1/2 baguette	Chou à la crème
Petit pain	Petit pain	Baguette	
1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette tradition	Suppléments
Baguette	Baguette	Pain campagne tranché	Petit pain
Baguette tradition	Baguette tradition	Pain céréales tranché	1/2 baguette
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Baguette
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Baguette tradition
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Baguette tradition
Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché		Pain campagne tranché
			Pain céréales tranché
			Pain complet tranché
			Pain de maïs tranché
			Pain épeautre tranché