



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°15 : 08 AVRIL 2019 AU 14 AVRIL 2019

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 mars

*Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs*

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

*Salade exotique : riz, tomate,
ananas, maïs*

*Houmous de pois chiches :
purée de pois chiche*

*Sce Vallée d'Auge : crème,
cidre, pomme, oignons*

*Charcutière : moutarde,
tomate, cornichon*

*Sauce Mornay : béchamel,
jaune d'œuf, fromage*

*Sauce mère : base de
braisage, roux, mère*

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

*Escalope viennoise : filet
volaille pané*

*Gougère au fromage : pâte à
choux, fromage*

*Sauce normande : crème,
champignons, oignons*

*Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets*

*Mitonnée de légumes :
haricots verts, carottes,
courgettes*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Chou blanc sc curry	Taboulé	Carottes râpées coriandre
	Salade de riz Arizona	Haricots verts échalotes	Pâté de foie
	Potage de légumes	Crème soubise	Potage de légumes
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Pâté de campagne	Oeufs durs	
	Plats complets	Plats complets	Plats
	Cassiolette poisson légumes	Lasagnes bolognaise	Beignets poisson
			Rôti porc au cidre
	Plats	Plats	Tarte aux poireaux
	Chipolatas grillées	Poulet rôti (cuisse)	Steak haché veau jus
	Emincé dinde paprika	Omelette	Steak cru
	Escalope de dinde	Steak cru	Jambon blanc
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
	Steak cru	Jambon blanc	
	Steak haché veau jus		Garnitures
		Garnitures	Pomme de terre rissolées
	Garnitures	Ratatouille	Choux fleur béchamel
	Purée pomme de terre	Jardinière légumes	Salade verte
	Poêlée légumes	Pâtes	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
	Haricots verts	Purée pomme de terre	Pâtes
	Pâtes	Haricots verts	
			Laitages
	Laitages	Laitages	Gouda
	Vache qui rit	Cotentin	Yaourt nature
	Mimolette	Coulommiers	Yaourt aromatisé
	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Camembert
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
	Camembert		Desserts
		Desserts	Flan vanille
	Desserts	Orange	Purée pomme fruits des montagnes
	Purée pomme vanille	Riz au lait fleur orange	Entremets praliné
	Entremets caramel	Bouillie de froment	Tapioca au lait
	Poire	Chou à la crème	Tartelette pommes
	Floraline lait chocolat	Tartelette pommes	Chou à la crème
	Chou à la crème		
	Tartelette pommes	Suppléments	Suppléments
		Petit pain	Petit pain
	Suppléments	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel
	Petit pain		
	Beurre 1/2 sel		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Salade fantaisie	Saucisson ail	Cake aux légumes	Salade coleslaw
Salade de lentilles sse	Macédoine légumes mayo	Betteraves ciboulette	Rillettes
Potage crécy	Potage chou-fleur curry	Potage de légumes	Potage de lentilles
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Pâté de campagne	1/2 Pomelos
Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
Oeufs durs			
Plats complets	Plats	Plats complets	Plats
Courgettes aux boeuf	Filet colin à l'armoricaine	Filet hareng Pdt	Langue boeuf sauce piquante
	Boeuf Strogonoff		Colin sc dieppoise
Plats	Croissant jambon fromage	Plats	Croque monsieur
Paupiette veau sauce marenjo	Escalope de dinde	Jambon braisé sauce chasseur	Escalope de dinde
Oeufs brouillés	Jambon blanc	Sauté dinde sc tajine	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak cru	Steak cru	Steak cru
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak cru		Jambon blanc	
Steak haché veau jus	Garnitures	Escalope de dinde	Garnitures
	Carottes au beurre		Coquillettes
Garnitures	Purée pomme de terre	Garnitures	Courgettes persillées
Riz créole	Salade verte	Riz curcuma	Salade verte
Duo haricots verts et beurre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Purée pomme de terre	Laitages	Haricots verts	Laitages
	Bûchette mi-chèvre		Carré fromager
Laitages	Yaourt aromatisé	Laitages	Fondu président
Fromage frais ail fines herbes	Yaourt nature	Fromage frais sel Guérande	Fromage blanc
Camembert	Fromage blanc	Tomme noire	Yaourt nature
Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt nature		Yaourt aromatisé	
Yaourt aromatisé	Desserts	Fromage blanc	Desserts
	Crème pâtissière café	Camembert	Marbré chocolat vanille
Desserts	Pomme du Verger	Desserts	Poire
Kiwi	Purée pomme romarin	Kiwi	Yaourt aromatisé
Crème dessert chocolat	Riz au lait vanillé	Liégeois chocolat	Semoule au lait
Semoule au lait cannelle	Tartelette pommes	Fromage blanc nature	Tartelette pommes
Tartelette pommes	Chou à la crème	Bouillie de froment	Purée de fruits
Chou à la crème		Chou à la crème	Chou à la crème
Purée de fruits	Suppléments	Purée de fruits	
	Petit pain	Tartelette pommes	Suppléments
Suppléments	Beurre 1/2 sel		Petit pain
Petit pain		Suppléments	Beurre 1/2 sel
Beurre 1/2 sel		Petit pain	
		Beurre 1/2 sel	