



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°19 : 10 MAI 2021 AU 16 MAI 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 23 avril**

Salade bicolore : carottes,  
radis râpés

Semoule fantaisie : semoule,  
tomate, maïs

Coquillettes à la parisienne :  
coquillettes, dés de jambon,  
béchamel

Sauce à la diable : roux,  
sauce moutarde, tomate

Escalope viennoise : filet  
volaille pané

Polenta : farine de maïs

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade bicolore	Salade riz tomate concombre	Betteraves à l'ail
	Semoule fantaisie	Céleri vinaigrette	Potage de légumes
	Potage poireaux p. de terre	Potage crécy	Pâté de campagne
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Oeufs durs	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	<b>Plats</b>
			Boulettes boeuf provençale
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	Omelette
	Blettes au boeuf	Petit salé aux lentilles	Gratin de poisson
			Steak haché veau jus
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Jambon blanc
	Poulet sauce cidre	Quenelles brochet béchamel	Escalope de dinde
	Jambon blanc	Galette garnie volaille champignons	
	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Purée pomme de terre
		Escalope de dinde	Epinards à la crème
	<b>Garnitures</b>		Chou romanesco et champignons
	Pâtes papillons	<b>Garnitures</b>	Haricots verts
	Pomme de terre courgettes béchamel	Julienne de légumes	Pâtes
	Courgettes béchamel	Salade verte	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Purée pomme de terre	
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>
	Purée pomme de terre	Pâtes	Emmental
		Haricots verts	Pavé 1/2 sel
	<b>Laitages</b>		Yaourt nature
	Fraidou	<b>Laitages</b>	Fromage blanc
	Bûchette mi-chèvre	Yaourt nature	Camembert
	Camembert	Edam	
	Fromage blanc	Camembert	<b>Desserts</b>
	Yaourt nature	Fromage blanc	Pomme du Verger
			Bouillie froment oranger ssu
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Purée de fruits
	Entremets café ssu	Kiwi	Kiwi
	Poire	Purée pommes	Orange
	Purée de fruits	Orange	Poire
	Kiwi	Poire	
	Orange	Pomme	<b>Suppléments</b>
	Pomme	Tapioca au lait ssu	Petit pain
	Bouillie froment vanillée ssu		1/2 baguette
		<b>Suppléments</b>	Baguette
	<b>Suppléments</b>	Petit pain	Baguette tradition
	Petit pain	1/2 baguette	Pain campagne tranché
	1/2 baguette	Baguette	Pain céréales tranché
	Baguette	Baguette tradition	Pain complet tranché
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	
	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Tomate estragon	Concombre ciboulette	Salade pomme de terre échalotes	Salade de perles citron coriandre
Macédoine légumes mayo	Potage de légumes	Carottes râpées	Tomate vinaigrette
Velouté aux asperges	Oeufs durs	Potage à l'oseille	Potage de légumes
Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos		1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites	Betteraves cuites
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Coquillettes à la parisienne	Palette porc diable	Escalope viennoise	Raviolis boeuf sauce tomate
	Filet lieu sauce citron	Emincé boeuf aux herbes	
<b>Plats</b>	Clafoutis au fenouil	Pizza reine	<b>Plats</b>
Emincé dinde sauce crème	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Merlu sauce aneth
Pomme de terre farcie	Jambon blanc	Jambon blanc	Jambonneau et moutarde
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
Jambon blanc		<b>Garnitures</b>	Jambon blanc
	<b>Garnitures</b>	Petits pois fermiers	Escalope de dinde
<b>Garnitures</b>	Haricots verts oignons	Polenta crémeuse	
Carottes au beurre	Riz créole	Poêlée légumes	<b>Garnitures</b>
Navets	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Fondue de poireaux
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre rissolées
Purée pomme de terre	Pommes de terre vapeur	Pâtes	Purée pomme de terre
Pâtes	Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
Haricots verts	<b>Laitages</b>		Pâtes
	Fondu président	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
<b>Laitages</b>	Tomme blanche	Gouda	Coulommiers
Yaourt nature	Yaourt nature	Cotentin	Vache qui rit
Camembert	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature
Fromage blanc	Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc
	<b>Desserts</b>	Yaourt nature	
<b>Desserts</b>	Purée pomme fraise	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Fondant chocolat ssu	Entremets chocolat ssu	Fromage blanc nature	Moelleux cannelle ssu
Orange	Tapioca lait cannelle ssu	Poire	Pomme du Verger
Purée de fruits	Pomme	Purée de fruits	Purée de fruits
Semoule au lait café ssu	Poire	Kiwi	Poire
Poire	Orange	Orange	Orange
Pomme	Kiwi	Pomme	Kiwi
Kiwi		Riz au lait ssu	Floraline au lait fleur oranger ssu
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché