



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
Entrées	Entrées	Entrées
Salade bicolore	Salade riz tomate concombre	Betteraves à l'aïl
Semoule fantaisie	Céleri sc fromage blanc	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	Plats
		Boulettes boeuf provençale
Plats complets	Plats complets	Omelette
Blettes au boeuf	Petit salé aux lentilles	Gratin de poisson
		Steak haché veau jus
Plats	Plats	Jambon blanc
Poulet sauce pomme cidre	Quenelles brochet sauce crustacés	Escalope de dinde
Jambon blanc	Galette garnie volaille champignons	
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Garnitures
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Purée pomme de terre
	Escalope de dinde	Epinards à la crème
Garnitures		Chou romanesco et champignons
Pâtes papillons	Garnitures	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	Laitages
Purée pomme de terre	Pâtes	Emmental
	Haricots verts	Pavé 1/2 sel
Laitages		Yaourt nature
Fraidou	Laitages	Fromage blanc
Bûchette mi-chèvre	Yaourt nature	Camembert
Camembert	Edam	
Fromage blanc	Camembert	Desserts
Yaourt nature	Fromage blanc	Pomme du Verger
		Bouillie froment oranger ssu
Desserts	Desserts	Purée de fruits
Entremets café ssu	Kiwi	Kiwi
Poire	Purée pommes	Orange
Purée de fruits	Orange	Poire
Kiwi	Poire	
Orange	Pomme	Suppléments
Pomme	Tapioca au lait ssu	Petit pain
Bouillie froment vanillée ssu		1/2 baguette
		Baguette
Suppléments	Suppléments	Baguette tradition
Petit pain	Petit pain	Pain campagne tranché
1/2 baguette	1/2 baguette	Pain céréales tranché
Baguette	Baguette	Pain complet tranché
Baguette tradition	Baguette tradition	Pain de maïs tranché
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	
Pain complet tranché	Pain complet tranché	
	Pain de maïs tranché	
	Pain épeautre tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
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
	Plats		
Plats complets	Palette porc diable	Plats	Plats complets
Coquillettes à la parisienne	Filet lieu sauce citron	Escalope viennoise	Raviolis boeuf sauce tomate
	Clafoutis au fenouil	Emincé boeuf aux herbes	
Plats	Escalope de dinde	Pizza reine	Plats
Emincé dinde sauce crème	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Dos de colin sauce aneth
Pomme de terre farcie	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambonneau et moutarde
Steak haché veau jus			Steak haché veau jus
Jambon blanc	Garnitures		Jambon blanc
	Haricots verts oignons	Garnitures	Escalope de dinde
Garnitures	Riz créole	Petits pois fermiers	
Carottes braisées	Salade verte	Polenta crémeuse	Garnitures
Navets	Purée pomme de terre	Poêlée légumes	Fondue de poireaux
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre rissolées
Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pâtes	Laitages	Pâtes	Haricots verts
Haricots verts	Fondu président	Haricots verts	Pâtes
	Tomme blanche		
Laitages	Yaourt nature	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Fromage blanc	Gouda	Coulommiers
Camembert	Camembert	Cotentin	Vache qui rit
Fromage blanc		Camembert	Yaourt nature
	Desserts	Fromage blanc	Fromage blanc
Desserts	Purée pomme fraise	Yaourt nature	
Fondant pommes chocolat ssu	Entremets chocolat ssu	Desserts	Desserts
	Tapioca lait cannelle ssu	Fromage blanc nature	Moelleux cannelle ssu
Orange	Pomme	Poire	Pomme du Verger
Purée de fruits	Poire	Purée de fruits	Purée de fruits
Semoule au lait café ssu	Orange	Kiwi	Poire
Poire	Kiwi	Orange	Orange
Pomme		Pomme	Kiwi
Kiwi	Suppléments	Riz au lait ssu	Floraline au lait fleur oranger ssu
	Petit pain	Suppléments	
Suppléments	1/2 baguette	Petit pain	Suppléments
Petit pain	Baguette	1/2 baguette	Petit pain
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette	1/2 baguette
Baguette	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Baguette
Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché		Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché			Pain épeautre tranché