



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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 sse	Salade riz tomate concombre sse	Betteraves à l'ail sse
Potage poireaux pomme de terre sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse
Semoule fantaisie	Oeufs durs	Oeufs durs
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	
Betteraves cuites		Plats
	Plats	Sauté de boeuf à la provençale sse
Plats	Filet colin sauce curry sse	Gratin de poisson sse
Poulet sauce cidre sse	Emincé dinde paprika sse	Steak haché veau jus
Jambon blanc sse	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Escalope de dinde	Jambon blanc	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Omelette
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Pâtes papillons sse	Julienne de légumes sse	Purée pomme de terre sse
Courgettes béchamel sse	Lentilles sse	Chou romanesco champignons sse
Haricots verts	Salade verte	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre et courgettes béchamel sse	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	
Laitages	Laitages	Laitages
Fromage frais nature	Yaourt nature	Emmental
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé		Fromage blanc
	Desserts	Desserts
Desserts	Kiwi	Pomme du Verger
Entremets café	Purée pomme spéculoos	Liégeois café
Poire	Flan nappé caramel	Bouillie froment fleur orange
Crème dessert vanille	Tapioca au lait	Chou à la crème
Bouillie froment vanillée	Tartelette pommes	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Tartelette pommes
Purée de fruits		
Tartelette pommes	Suppléments	Suppléments
	Petit pain	Petit pain
Suppléments	1/2 baguette	1/2 baguette
Petit pain	Baguette	Baguette
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Tomate estragon sse	Concombre ciboulette sse	Salade pomme de terre échalotes sse	Salade perles citron coriandre sse
Velouté d'asperges sse	Potage de légumes sse	Potage à l'oseille sse	Potage de légumes sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
			Tomate vinaigrette
Plats	Plats	Plats	Plats
Merlu sauce crème sse	Escalope porc au jus sse	Sauté boeuf aux herbes sse	Lieu sauce crème aneth sse
Steak haché veau jus sse	Clafoutis au fenouil sse	Escalope de dinde sse	Omelette sse
Jambon blanc	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Carottes sse	Steak haché veau jus	Petits pois fermiers sse	Escalope de dinde
Navets braisés sse	Garnitures	Polenta crémeuse sse	Garnitures
Pomme de terre vapeur	Haricots verts oignons sse	Poêlée légumes	Fondue de poireaux sse
Pâtes	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pâtes tortis sse
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts
Purée de navets sse	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Riz créole sse		
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Crème anglaise	Yaourt nature	Cotentin	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt aromatisé		Yaourt aromatisé	
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Fondant pomme myrtille	Purée pomme fraise	Fromage blanc à la framboise	Moelleux à la cannelle
Orange	Flan vanille	Mousse au chocolat	Crème dessert caramel
Yaourt aromatisé	Liégeois chocolat	Poire	Pomme du Verger
Semoule au lait café	Tapioca lait cannelle	Riz au lait	Floraline lait fleur d'oranger
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Chou à la crème
Purée de fruits	Chou à la crème	Purée de fruits	Purée de fruits
Chou à la crème		Chou à la crème	Tartelette pommes
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
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