



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE
Régime : Sans sucre sans sel
SEMAINE N°20 : 17 MAI 2021 AU 23 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 30 avril

Jeudi 20 Mai : escapade
gourmande en Europe menu

A

Salade Esaü : lentilles,

tomate, oignons, œuf dur

Sce angevine : crème, oseille,

champignons, oignons

Tarte de Natas : tarte au flan

à la cannelle

Sauce madère : base de

braisage, roux, madère

Sauce piquante : tomate,

cornichon, estragon

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Carottes râpées coriandre sse	Concombre vinaigrette sse	Betteraves ciboulette sse	Betteraves ciboulette sse
Velouté de lentilles corail sse	Potage de légumes sse	Potage de poireaux sse	Potage de poireaux 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	Taboulé	Taboulé
Plats complets	Plats	Plats complets	Plats complets
Cassiolette de poisson aux légumes sse	Sauté de dinde sauce angevine sse	Tortis bolognaise sse	Tortis bolognaise sse
	Cake courgettes curry sse	Chou-fleur à la volaille au curcuma sse	Chou-fleur à la volaille au curcuma sse
Plats	Escalope de dinde	Plats	Plats
Boeuf bourguignon sse	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc
Jambon blanc	Garnitures	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Céleri braisé tomate sse	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Salade verte	Haricots verts	Haricots verts
Purée pomme de terre sse	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes
Navets braisés	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Haricots verts	Laitages	Laitages
Pomme de terre vapeur	Laitages	Fromage blanc	Fromage blanc
Haricots verts	Petit fromage aux noix	Yaourt nature	Yaourt nature
Laitages	Yaourt nature	Desserts	Desserts
Yaourt nature	Fromage blanc	Purée pomme romarin	Purée pomme romarin
Fromage blanc	Desserts	Riz au lait fleur oranger ssu	Riz au lait fleur oranger ssu
Desserts	Bouillie de froment café ssu	Pomme	Pomme
Purée pomme vanille	Kiwi	Poire	Poire
Tapioca lait cannelle ssu	Purée de fruits	Orange	Orange
Poire	Floraline lait vanille ssu	Kiwi	Kiwi
Pomme	Orange	Suppléments	Suppléments
Orange	Pomme	Petit pain	Petit pain
Kiwi	Poire	1/2 baguette	1/2 baguette
Suppléments	Suppléments	Baguette	Baguette
Petit pain	Petit pain	Baguette tradition	Baguette tradition
1/2 baguette	1/2 baguette	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Baguette	Baguette	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Baguette tradition	Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché		
Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché		
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Tomate vinaigrette sse	Salade de perles petits légumes sse	Salade esaü sse	Radis sauce fromage blanc ciboulette sse
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage courgette céleri 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
Plats complets	Plats	Plats	Plats
Brandade de poisson sse	Poulet rôti sse	Sauté porc sauge sse	Langue boeuf sauce piquante sse
Plats	Steak haché veau jus sse	Escalope dinde crème origan sse	Saumonette sauce citron sse
Oeufs brouillés herbes sse	Garnitures	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Carottes cumin sse	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Jambon blanc	Riz à la tomate sse	Garnitures	Escalope de dinde
Escalope de dinde	Salade verte	Jardinière de légumes sse	Garnitures
Garnitures	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre sse	Blettes persillées sse
Duo haricots sse	Pâtes	Haricots verts	Coquillettes sse
Pâtes	Haricots verts	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Laitages	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Laitages	Yaourt nature	Laitages	Laitages
Cotentin	Fromage blanc	Emmental	Yaourt nature
Yaourt nature	Desserts	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc	Pomme du Verger	Yaourt nature	Desserts
Desserts	Faisselle nature	Desserts	Clafoutis poires ssu
Cocktail fruits cannelle ssu	Purée de fruits	Entremets vanille ssu	Fromage blanc nature
Crème pâtissière framboise ssu	Kiwi	Purée pomme cerises	Kiwi
Poire	Orange	Floraline lait ssu	Purée de fruits
Purée de fruits	Poire	Kiwi	Bouillie froment cacao ssu
Kiwi	Semoule au lait vanille ssu	Orange	Orange
Orange	Suppléments	Pomme	Poire
Pomme	Petit pain	Poire	Pomme
Tapioca au lait ssu	1/2 baguette	Suppléments	Suppléments
Suppléments	Baguette	Petit pain	Petit pain
Petit pain	Baguette tradition	1/2 baguette	1/2 baguette
1/2 baguette	Pain campagne tranché	Baguette	Baguette
Baguette	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain complet tranché		Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain de maïs tranché		Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché			