



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : 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
Carottes râpées coriandre sse	Concombre vinaigrette sse	Betteraves ciboulette sse
Velouté de lentilles corail sse	Potage de légumes sse	Potage de poireaux sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Taboulé
Plats complets	Plats	Plats complets
Cassiolette de poisson aux légumes sse	Sauté de dinde sauce angevine sse	Tortis bolognaise sse
	Cake courgettes curry sse	Chou-fleur à la volaille au curcuma sse
Plats	Escalope de dinde	Plats
Boeuf bourguignon sse	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Jambon blanc	Garnitures	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Céleri braisé tomate sse	Garnitures
Garnitures	Salade verte	Haricots verts
Purée pomme de terre sse	Purée pomme de terre	Pâtes
Navets braisés	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pâtes	Laitages
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Fromage blanc
Haricots verts	Laitages	Yaourt nature
Laitages	Petit fromage aux noix	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Yaourt nature	Desserts
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Purée pomme romarin
Fromage blanc	Fromage blanc	Flan nappé caramel
Desserts	Desserts	Liégeois chocolat
Mousse chocolat au lait	Bouillie froment café	Riz au lait fleur oranger
Purée pomme vanille	Kiwi	Tartelettes pommes
Yaourt aromatisé	Pruneaux au sirop	Chou à la crème
Tapioca lait cannelle	Tartelettes pommes	Suppléments
Tartelettes pommes	Purée de fruits	Petit pain
Chou à la crème	Floraline lait vanille	1/2 baguette
Suppléments	Chou à la crème	Baguette
Petit pain	Suppléments	Baguette tradition
1/2 baguette	Petit pain	Pain campagne tranché
Baguette	1/2 baguette	Pain céréales tranché
Baguette tradition	Baguette	Pain complet tranché
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain de maïs tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	
Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	
Pain épeautre tranché	Pain de maïs 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	Coquillettes sse
Duo haricots sse	Pâtes	Haricots verts	Blettes persillées 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	Yaourt aromatisé	Emmental	Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Desserts	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Pomme du Verger	Yaourt aromatisé	Desserts
Desserts	Crème dessert chocolat	Desserts	Clafoutis aux poires
Tarte de natas	Mousse café	Entremets vanille	Kiwi
Poire	Tartelettes pommes	Purée pomme cerises	Fromage blanc noix de coco
Crème pâtissière aux framboises	Purée de fruits	Eclair au chocolat	Bouillie froment chocolat
Tapioca au lait	Semoule lait vanille	Floraline au lait	Chou à la crème
Tartelettes pommes	Chou à la crème	Chou à la crème	Purée de fruits
Purée de fruits	Suppléments	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes
Chou à la crème	Petit pain	Suppléments	Suppléments
Suppléments	1/2 baguette	Petit pain	Petit pain
Petit pain	Baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette	Baguette
Baguette	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain de maïs tranché		Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché			