



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°21 : 24 MAI 2021 AU 30 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 07 mai

Salade du chef : riz, épaule de porc, tomate, œuf dur
Salade bicolore : carottes, radis râpés

Semoule fantaisie : semoule, tomate, maïs

Chou-fleur à la grecque : Chou-fleur, tomate, concombre

Blettes à la parisienne : blettes, jambon, béchamel
Moussaka : gratin aubergines grillées, tomate, boeuf
Sce Vallée d'Auge : crème, cidre, pomme, oignons
Caroline aux champignons : pâtes à choux, champignons, béchamel

Sauce provençale : tomates concassées, olive verte, herbes de provence
Sce grand-mère : crème, lardons, champignons, oignons

Pêlé Mêle provençal : brunoise aubergine, courgette, tomate, poivron
Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

Trio de légumes : haricots verts, carottes, choux-fleurs
Sce aurore : crème, fumet poisson, tomate, oignons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Courgettes râpées sauce fromage blanc sse	Salade bicolore sse	Concombre ciboulette sse
	Velouté d'asperges sse	Potage de légumes sse	Potage courgettes carottes sse
	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
	Plats	Plats complets	Plats complets
	Cuisse de poule sauce crème sse	Haricots verts volaille sse	Risotto poisson sse
	Filet colin sauce citron sse	Plats	Plats
	Escalope de dinde	Sauté boeuf oignons sse	Omelette sse
	Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Jambon blanc
			Steak cru
			Steak haché veau jus
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Riz créole sse	Coquillettes sse	Petits pois fermiers sse
	Poireaux béchamel sse	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pomme de terre vapeur		Haricots verts
	Pâtes	Laitages	Laitages
	Haricots verts	Cotentin	Yaourt aromatisé
		Fromage blanc	Yaourt nature
	Laitages	Yaourt nature	Fromage blanc
	Petit fromage aux noix	Yaourt aromatisé	
	Yaourt nature		Desserts
	Yaourt aromatisé	Desserts	Poire
	Fromage blanc	Mousse au chocolat	Semoule lait rhum raisin
		Tartelettes pommes	Tartelettes pommes
	Desserts	Purée de fruits	Chou à la crème
	Oeufs au lait	Chou à la crème	
	Liégeois café		Suppléments
	Pomme du Verger	Suppléments	Petit pain
	Tapioca au lait	Petit pain	1/2 baguette
	Tartelettes pommes	1/2 baguette	Baguette
	Purée de fruits	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	Chou à la crème	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
		Pain céréales tranché	Pain complet tranché
	Suppléments	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
	Petit pain	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché
	1/2 baguette		Pain épeautre tranché
	Baguette		
	Baguette tradition		
	Pain campagne tranché		
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Macédoine légumes sse	Salade pomme de terre moutarde ancienne sse	Haricots verts vinaigrette sse	Tomate ciboulette sse
Potage poireaux pomme de terre sse	Potage à l'oseille sse	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) 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
Semoule fantaisie	Chou-fleur à la grecque		
Plats	Plats	Plats	Plats complets
Poulet sauce vallée d'auge sse	Colin sauce aurore sse	Emincé dinde sauce grand-mère sse	Gratin de poisson aux épinards sse
Jambon sse	Rôti de porc au jus sse	Oeufs durs béchamel sse	
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Plats
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc	Sauté porc à l'ancienne sse
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
	Escalope de dinde		Jambon blanc
		Garnitures	Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Purée de céleri sse	
Pâtes tortis sse	Carottes navets sse	Riz pilaf sse	Garnitures
Blettes béchamel sse	Lentilles sse	Trio de légumes	Pâtes penne rigate sse
Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Courgettes braisées sse
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Emmental	Yaourt nature	Cotentin	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Yaourt aromatisé		Fromage blanc	
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Flan nappé caramel	Purée pomme miel	Tapioca lait cannelle	Gateau marbré framboise
Kiwi	Entremets vanille	Liégeois café	Poire
Fromage blanc coulis mangue	Crème dessert caramel	Pomme du Verger	Flan chocolat
Riz au lait café	Chou à la crème	Floraline lait vanille	Chou à la crème
Tartelettes pommes	Tapioca lait chocolat	Chou à la crème	Bouillie froment fleur oranger
Purée de fruits	Tartelettes pommes	Purée de fruits	Purée de fruits
Chou à la crème		Tartelettes pommes	Tartelettes 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