



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Courgettes en rémoulade	Salade bicolore	Concombre ciboulette
	Salade de perles citron coriandre	Potage de légumes	Betteraves cuites
	Velouté aux asperges	Oeufs durs	Potage courgettes carottes
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Pâté de campagne
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Salade du chef	
		<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	<b>Plats</b>	Haricots verts volaille	Risotto de poisson
	Cuisse de poule sauce crème		
	Filet lieu sauce citron	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Pizza au fromage	Jambonneau	Omelette
	Escalope de dinde	Emincé boeuf oignons	Escalope de dinde
	Jambon blanc	Escalope de dinde	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak cru
			Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Riz créole	Coquillettes	Petits pois fermiers
	Poireaux béchamel	Pêlé Mêle provençal	Purée pomme de terre
	Salade verte	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts
	Pâtes		
	Haricots verts	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
		Gouda	Fondu président
	<b>Laitages</b>	Cotentin	Yaourt nature
	Petit fromage aux noix	Camembert	Fromage blanc
	Saint Paulin	Fromage blanc	Camembert
	Yaourt nature	Yaourt nature	
	Fromage blanc		
	Camembert	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
		Poire	Moelleux aux pommes ssu
	<b>Desserts</b>	Semoule au lait ssu	Purée pomme fruits rouges
	Oeufs au lait ssu	Purée de fruits	Pomme du Verger
	Pomme du Verger	Kiwi	Bouillie froment ssu
	Purée de fruits	Orange	Kiwi
	Tapioca au lait ssu	Pomme	Orange
	Poire		Poire
	Orange	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Kiwi	Petit pain	Petit pain
		1/2 baguette	1/2 baguette
	<b>Suppléments</b>	Baguette	Baguette
	Petit pain	Baguette tradition	Baguette tradition
	1/2 baguette	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
	Baguette	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain complet tranché
	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
	Pain complet tranché		
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Macédoine légumes mayo	Salade pomme de terre moutarde à l'ancienne	Haricots verts V	Tomate ciboulette
Semoule fantaisie	Chou-fleur à la grecque	Potage de légumes	Potage crécy
Potage poireaux p. de terre	Potage à l'oseille	Oeufs durs	Oeufs durs
Pâté de campagne	Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Oeufs durs	Pâté de campagne	Betteraves cuites	Betteraves cuites
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos		Pâté de campagne
Betteraves cuites	Betteraves cuites		
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Tortellini boeuf sauce crème origan	Colin meunière citron	Emincé dinde sc gd-mère	Moussaka de boeuf
Blettes à la parisienne	Rôti porc au jus	Boulettes agneau à la tomate	Gratin de poisson aux épinards
	Caroline aux champignons	Oeufs durs béchamel	
<b>Plats</b>	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	<b>Plats</b>
Poulet sauce Vallée d'Auge	Jambon blanc	Jambon blanc	Sauté porc à l'ancienne
Escalope de dinde	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
Jambon blanc			Jambon blanc
Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus
	Carottes navets persil	Purée de céleri	
<b>Garnitures</b>	Lentilles	Riz pilaf	<b>Garnitures</b>
Poêlée légumes	Fenouil à la tomate	Trio de légumes	Courgettes
Haricots verts	Haricots verts	Purée pomme de terre	Penne rigate (pâtes)
Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Haricots verts	Purée pomme de terre
		<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Pavé 1/2 sel	Brie
Camembert	Yaourt nature	Tomme blanche	Yaourt nature
Fraidou	Fromage frais ail fines herbes	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	
Yaourt nature	Camembert	Camembert	<b>Desserts</b>
			Marbré framboise ssu
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Bouillie froment oranger ssu
Kiwi	Purée pommes	Tapioca lait cannelle ssu	Poire
Riz au lait café ssu	Entremets vanille ssu	Pomme du Verger	Purée de fruits
Purée de fruits	Tapioca lait cacao ssu	Purée de fruits	Kiwi
Poire	Pomme	Poire	Orange
Pomme	Poire	Orange	Kiwi
Fromage blanc coulis mangue	Orange	Kiwi	Pomme
Orange	Kiwi	Floraline lait vanille ssu	
		<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	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	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	