



# LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE  
Régime : Sans sucre  
SEMAINE N°23 : 07 JUN 2021 AU 13 JUN 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 21 mai**

Salade coleslaw : émincé  
chou blanc carotte mayo  
Semoule fantaisie : semoule,  
tomate, maïs  
Chou-fleur à la grecque :  
Chou-fleur, tomate, oignons  
Salade arlequin : pdt, poivron,  
maïs  
Potage dubarry : chou-fleur,  
crème  
Sauce Tandoori : fromage  
blanc, jus citron, épices,  
paprika  
Sce orientale : tomate,  
poivrons, cumin, épices  
Trio de légumes : haricots  
verts, carottes, choux-fleurs  
Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade coleslaw	Macédoine légumes mayo	Chou-fleur à la grecque
	Semoule fantaisie	Tomate vinaigrette	Concombre vinaigrette
	Potage poireaux p. de terre	Potage crécy	Potage courgettes
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Pâté de campagne	Oeufs durs	Pâté de campagne
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Lasagnes bolognaise	Poêlée légumes à la volaille	Chili con carné et riz
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Emincé dinde tandoori	Boudin noir	Palette porc romarin
	Omelette	Merlu sc oseille	Crêpe fruits de mer
	Escalope de dinde	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Trio de légumes	Purée pomme de terre	Carottes braisées
	Haricots verts	Navets	Epinards béchamel
	Purée pomme de terre	Haricots verts	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Yaourt nature	Tomme blanche	Cotentin
	Petit fromage frais nature	Fondu président	Brie
	Camembert	Camembert	Fromage blanc
	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Purée pomme menthe	Nectarine	Semoule au lait ssu
	Bouillie froment cacao ssu	Crème pâtissière rhum ssu	Abricots
	Kiwi	Purée de fruits	Purée de fruits
	Nectarine	Kiwi	Poire
	Poire	Poire	Pomme
	Pomme	Pomme	Nectarine
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Riz au lait café ssu	Petit pain
	1/2 baguette	<b>Suppléments</b>	1/2 baguette
	Baguette	Petit pain	Baguette
	Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette tradition
	Pain campagne tranché	Baguette	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché
		Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
		Pain épeautre tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Betteraves ciboulette	Salade arlequin	Salade pâtes basilic	Tomate basilic
Potage de légumes	Carottes râpées	Potage de légumes	Velouté de lentilles corail
1/2 Pomelos	Potage dubarry	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Oeufs durs	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Pâté de campagne	Betteraves cuites	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne
	Pâté de campagne		
<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
Poulet rôti (cuisse)	Risotto de volaille	Courgettes aux boeuf	Parmentier de canard
Boulette agneau orientale			Gratin poisson légumes
Quiche lorraine			
Jambon blanc	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Steak haché veau jus	Colin sauce citron	Emincé dinde aux olives	Paupiette veau aux oignons
	Escalope porc au jus	Feuilletés au fromage	Escalope de dinde
<b>Garnitures</b>	Escalope de dinde	Escalope de dinde	Jambon blanc
Ratatouille	Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Pâtes tortis	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
Salade verte			<b>Garnitures</b>
Purée pomme de terre	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Petits pois fermiers
Pomme de terre vapeur	Poêlée légumes	Semoule	Haricots verts
Haricots verts	Lentilles	Salade verte	Pâtes
	Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
<b>Laitages</b>	Pâtes	Pâtes	Purée pomme de terre
Fromage frais ail fines herbes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	
Saint Paulin	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	<b>Laitages</b>
Yaourt nature			Carré fromager
Fromage blanc	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Yaourt nature
Camembert	Mimolette	Petit fromage aux noix	Fromage blanc
	Yaourt nature	Gouda	
<b>Desserts</b>	Fromage blanc	Yaourt nature	<b>Desserts</b>
Clafoutis à la rhubarbe ssu	Camembert	Fromage blanc	Panna cotta ssu
Yaourt nature		Camembert	Floraline lait ssu
Pêche	<b>Desserts</b>		Nectarine
Purée de fruits	Entremets café ssu	<b>Desserts</b>	Purée de fruits
Pomme	Purée pomme figues	Pomme du Verger	Pêche
Poire	Bouillie de froment café ssu	Fromage blanc coulis de mûre	Poire
Nectarine	Pêche	Purée de fruits	Pomme
Abricots	Poire	Nectarine	
Floraline au lait fleur oranger ssu	Poire	Poire	
	Pomme	Pomme	<b>Suppléments</b>
<b>Suppléments</b>	Nectarine	Pêche	Petit pain
Petit pain	Abricots	Abricots	1/2 baguette
1/2 baguette	<b>Suppléments</b>	Tapioca au lait ssu	Baguette
Baguette	Petit pain		Baguette tradition
Baguette tradition	1/2 baguette	<b>Suppléments</b>	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Baguette	Petit pain	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Baguette tradition	1/2 baguette	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Baguette	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché
	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	
		Pain complet tranché	
		Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	