



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre
SEMAINE N°23 : 07 JUIN 2021 AU 13 JUIN 2021

CLIENT

Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré 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
	Entrées	Entrées	Entrées
	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
	Plats complets	Plats complets	Plats complets
	Lasagnes bolognaise	Poêlée légumes à la volaille	Chili con carné et riz
	Plats	Plats	Plats
	Emincé dinde tandoori	Boudin noir	Rôti porc romarin
	Omelette	Filet lieu 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
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Trio de légumes	Purée pomme de terre	Carottes braisées
	Haricots verts	Navets	Épinards béchamel
	Purée pomme de terre	Haricots verts	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Laitages	Laitages	Laitages
	Yaourt nature	Tomme blanche	Cotentin
	Petit fromage frais nature	Fondu président	Brie
	Camembert	Camembert	Fromage blanc
	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
	Desserts	Desserts	Desserts
	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
	Suppléments	Suppléments	Suppléments
	Petit pain	Riz au lait café ssu	Petit pain
	1/2 baguette	Suppléments	1/2 baguette
	Baguette	Petit pain	Baguette
	Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette tradition
	Pain campagne tranché	Baguette	Pain campagne tranché
	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain céréales tranché
	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché
	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché
	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché
		Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	

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