



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE
Régime : Sans sucre sans sel
SEMAINE N°23 : 07 JUIN 2021 AU 13 JUIN 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
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Semoule fantaisie sse	Macédoine légumes sse	Chou-fleur à la grecque sse	Potage courgettes sse
Potage poireaux pomme de terre sse	Potage crécy (carottes) sse	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
1/2 Pomelos	Tomate vinaigrette	Oeufs durs	
Betteraves cuites	1/2 Pomelos		
Oeufs durs	Betteraves cuites		
	Oeufs durs		
Plats	Plats complets	Plats complets	Plats complets
Emincé dinde tandoori sse	Poêlée de légumes à la volaille sse	Chili con carné et riz sse	
Omelette sse		Plats	
Escalope de dinde		Rôti porc romarin sse	
Jambon blanc	Plats	Escalope de dinde	
Steak haché veau jus	Filet lieu sauce oseille sse	Jambon blanc	
	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	
Garnitures	Jambon blanc		
Trio de légumes sse	Steak haché veau jus	Garnitures	
Haricots verts sse		Carottes braisées sse	
Pomme de terre vapeur	Garnitures	Haricots verts	
Pâtes	Purée pomme de terre sse	Pâtes	
Laitages	Navets	Pomme de terre vapeur	
Yaourt nature	Haricots verts	Laitages	
Fromage blanc	Pâtes	Cotentin	
	Pomme de terre vapeur	Fromage blanc	
Desserts	Laitages	Yaourt nature	
Purée pomme menthe	Fromage blanc	Desserts	
Bouillie froment cacao ssu	Yaourt nature	Semoule au lait ssu	
Kiwi		Abricots	
Nectarine	Desserts	Purée de fruits	
Poire	Nectarine	Pomme	
Pomme	Crème pâtissière rhum ssu	Poire	
	Purée de fruits	Nectarine	
Suppléments	Poire		
Petit pain	Pomme	Suppléments	
1/2 baguette	Riz au lait café ssu	Petit pain	
Baguette		1/2 baguette	
Baguette tradition	Suppléments	Baguette	
Pain campagne tranché	Petit pain	Baguette tradition	
Pain céréales tranché	1/2 baguette	Pain campagne tranché	
Pain complet tranché	Baguette	Pain céréales tranché	
Pain de maïs tranché	Baguette tradition	Pain complet tranché	
Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	
	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	
	Pain complet tranché		
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves ciboulette sse	Salade arlequin sse	Pâtes au basilic sse	Tomates basilic sse
Potage de légumes sse	Potage dubarry sse	Potage de légumes sse	Velouté de lentilles corail sse
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Carottes râpées		
Plats	Plats complets	Plats complets	Plats complets
Poulet rôti sse	Risotto de volaille sse	Courgettes au boeuf sse	Parmentier de canard sse
Jambon sse			Gratin poisson légumes sse
Steak haché veau jus			
Garnitures	Plats	Plats	Plats
Ratatouille sse	Filet colin sauce citron sse	Haché de veau sauce tomate sse	Escalope de dinde
Pâtes tortis sse	Escalope porc au jus	Escalope de dinde	Jambon blanc
Salade verte	Escalope de dinde	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Pomme de terre vapeur	Jambon blanc	Steak haché veau jus	
Haricots verts	Steak haché veau jus		Garnitures
		Garnitures	Haricots verts
Laitages	Garnitures	Semoule sse	Pâtes
Petit fromage frais nature	Poêlée de légumes sse	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Yaourt nature	Haricots verts	Pâtes	Purée pomme de terre
Fromage blanc	Pâtes	Pomme de terre vapeur	
	Pomme de terre vapeur	Salade verte	Laitages
Desserts	Laitages		Rondelé nature
Clafoutis à la rhubarbe ssu	Yaourt nature	Laitages	Yaourt nature
Yaourt nature	Fromage blanc	Petit fromage aux noix	Fromage blanc
Pêche		Yaourt nature	
Purée de fruits	Desserts	Fromage blanc	Desserts
Floraline au lait fleur oranger ssu	Entremets café ssu		Panna cotta vanille ssu
Abricots	Purée pomme figues	Desserts	Floraline lait ssu
Nectarine	Abricots	Pomme du Verger	Nectarine
Pomme	Bouillie de froment café ssu	Fromage blanc coulis de mûre	Purée de fruits
Poire	Pêche	Purée de fruits	Abricots
	Nectarine	Abricots	Pêche
Suppléments	Pomme	Nectarine	Poire
Petit pain	Poire	Poire	Pomme
1/2 baguette		Pêche	
Baguette	Suppléments	Tapioca au lait ssu	Suppléments
Baguette tradition	Petit pain		Petit pain
Pain campagne tranché	1/2 baguette	Suppléments	1/2 baguette
Pain céréales tranché	Baguette	Petit pain	Baguette
Pain complet tranché	Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette tradition
Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Baguette	Pain campagne tranché
Pain épeautre tranché	Pain campagne 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 complet tranché	Pain épeautre tranché
		Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	