



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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
	Semoule fantaisie sse	Macédoine légumes sse	Chou-fleur à la grecque sse
	Potage poireaux pomme de terre sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage courgettes sse
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Tomate vinaigrette	Oeufs durs
		Betteraves cuites	
	Plats	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 aromatisé	Haricots verts	Laitages
	Yaourt nature	Pâtes	Cotentin
	Fromage blanc	Pomme de terre vapeur	Fromage blanc
		Laitages	Yaourt nature
	Desserts	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Purée pomme menthe	Yaourt nature	Desserts
	Flan chocolat	Yaourt aromatisé	Semoule lait caramel
	Crème dessert caramel		Mousse au chocolat
	Chou à la crème	Desserts	Abricots
	Bouillie froment chocolat	Nectarine	Chou à la crème
	Tartelettes pommes	Crème pâtissière rhum	Purée de fruits
		Flan vanille	Tapioca au lait
	Suppléments	Chou à la crème	Tartelettes pommes
	Petit pain	Purée de fruits	
	1/2 baguette	Riz au lait café	Suppléments
	Baguette	Tartelettes pommes	Petit pain
	Baguette tradition		1/2 baguette
	Pain campagne tranché	Suppléments	Baguette
	Pain céréales tranché	Petit pain	Baguette tradition
	Pain complet tranché	1/2 baguette	Pain campagne tranché
	Pain de maïs tranché	Baguette	Pain céréales tranché
	Pain épeautre tranché	Baguette tradition	Pain complet 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		
Laitages	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Petit fromage frais nature	Poêlée de légumes sse	Semoule sse	Haricots verts
Yaourt nature	Haricots verts	Salade verte	Pâtes
Yaourt aromatisé	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Fromage blanc	Pomme de terre vapeur	Pâtes	
		Pomme de terre vapeur	
Desserts	Laitages	Laitages	Laitages
Clafoutis à la rhubarbe	Yaourt nature	Petit fromage aux noix	Rondelé nature
Pêche	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Chou à la crème		Fromage blanc	Fromage blanc
Floraline lait fleur d'oranger	Desserts		
Purée de fruits	Entremets café	Desserts	Desserts
Tartelettes pommes	Purée pomme figes	Pomme du Verger	Panna cotta vanille
	Liégeois chocolat	Flan nappé caramel	Nectarine
	Bouillie froment café	Fromage blanc coulis de mûre	Mousse au citron
	Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème
	Tartelettes pommes	Purée de fruits	Purée de fruits
		Tapioca au lait caramel	Tartelettes pommes
		Tartelettes pommes	Floraline au lait
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 de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché