LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

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**
Semoule mimolette	Surimi	Oeufs durs
Potage poireaux p. de terre	Potage crécy	Potage courgettes
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	
Plats	**Plats complets**	**Plats**
Emincé dinde au jus	Poêlée légumes à la volaille	Palette porc romarin
Omelette		Crêpe fruits de mer
Jambon blanc	**Plats**	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Merlu sc oseille	Jambon blanc
	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
Garnitures	Jambon blanc	
Haricots verts	Steak haché veau jus	**Garnitures**
Pâtes		Carottes braisées
Purée pomme de terre	**Garnitures**	Epinards béchamel
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts
	Haricots verts	Pâtes
Laitages	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Yaourt aromatisé	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Yaourt nature		
Fromage blanc	**Laitages**	**Laitages**
	Fondu président	Cotentin
Desserts	Fromage blanc	Fromage blanc
Purée pomme menthe	Yaourt nature	Yaourt nature
Flan chocolat	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Crème dessert caramel		
Bouillie froment chocolat	**Desserts**	**Desserts**
Tartelette pommes	Nectarine	Semoule lait caramel
	Flan vanille	Mousse au chocolat
Suppléments	Purée de fruits	Abricots
Petit pain	Riz au lait café	Purée de fruits
1/2 baguette	Tartelette pommes	Tapioca au lait
Baguette		Tartelette pommes
Baguette tradition	**Suppléments**	
Pain campagne tranché	Petit pain	**Suppléments**
Pain céréales tranché	1/2 baguette	Petit pain
Pain complet tranché	Baguette	1/2 baguette
Pain de maïs tranché	Baguette tradition	Baguette
Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché
		Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	**Entrées**	**Entrées**	**Entrées**
Betteraves ciboulette	Pomme de terre vinaigrette	Salade pâtes basilic	Haricots beurre échalote
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Plats	**Plats complets**	**Plats complets**	**Plats complets**
Poulet rôti (cuisse)	Risotto de volaille	Courgettes aux boeuf	Parmentier de canard
Quiche lorraine			Gratin poisson légumes
Jambon blanc	**Plats**	**Plats**	
Steak haché veau jus	Colin sauce citron	Steak haché veau jus	**Plats**
	Escalope porc au jus	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Garnitures	Escalope de dinde	Jambon blanc	Jambon blanc
Pâtes tortis	Jambon blanc		Steak haché veau jus
Blettes	Steak haché veau jus	**Garnitures**	
Purée pomme de terre		Semoule	**Garnitures**
Pomme de terre vapeur	**Garnitures**	Haricots verts	Haricots verts
Haricots verts	Poêlée légumes	Pâtes	Pâtes
	Lentilles	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Laitages	Haricots verts	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Saint Paulin	Pâtes		
Yaourt nature	Pomme de terre vapeur	**Laitages**	**Laitages**
Yaourt aromatisé	Purée pomme de terre	Petit fromage frais nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc		Yaourt nature	Yaourt nature
	Laitages	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Desserts	Yaourt nature	Fromage blanc	
Clafoutis nature	Yaourt aromatisé		**Desserts**
Pêche	Fromage blanc	**Desserts**	Panna cotta vanille
Yaourt aromatisé		Pomme du Verger	Nectarine
Floraline lait fleur d'oranger	**Desserts**	Flan nappé caramel	Mousse au citron
Purée de fruits	Entremets café	Purée de fruits	Purée de fruits
Tartelette pommes	Liégeois chocolat	Tapioca au lait caramel	Tartelette pommes
	Bouillie froment café	Tartelette pommes	Floraline au lait
Suppléments	Tartelette pommes		
Petit pain		**Suppléments**	**Suppléments**
1/2 baguette	**Suppléments**	Petit pain	Petit pain
Baguette	Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette	Baguette
Pain campagne tranché	Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché