



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°34 : 19 AOÛT 2019 AU 25 AOÛT 2019

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 02 août

Salade camarguaise
: riz, tomate, poivron, olive, cornichon

Salade bicolore : carottes,
radis râpés

Potage Dubarry : crème de
chou-fleur, PDT

Sauce Tandoori : fromage
blanc, jus citron, épices,
paprika

Sauce barbecue : Ketchup,
moutarde, miel

Sauce dieppoise : sauce
crème, vin blanc,
champignons, crevettes,
moules, oignons

Sauce espagnole : tomate,
poivron, haricots verts,
chorizo

Sce aurore : crème, tomate,
oignons

Mitonnée de légumes :
haricots verts, carottes,
courgettes

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Concombre ciboulette	Salade pomme de terre échalotes	Tomate estragon
Salade camarguaise	Salade bicolore	Saucisson ail
Potage de légumes	Potage à l'oseille	Potage de légumes
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Plats complets	Plats	Plats
Tortis bolognaise	Jambon braisé sauce barbecue	Omelette
Plats	Lieu sc dieppoise	Paupiette veau
Pilons poulet paprika	Tarte au fromage	Galette garnie volaille champignons
Crêpe fruits de mer	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
Escalope de dinde	Steak cru	Jambon blanc
Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak cru
Steak cru	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Haricots verts persillés	Potatoes
Petits pois	Riz pilaf	Ratatouille
Brunoise de légumes	Salade verte	Salade verte
Haricots verts	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages
Laitages	Brie	Yaourt nature
Edam	Vache qui rit	Fromage frais sel Guérande
Pavé 1/2 sel	Yaourt nature	Camembert
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Desserts	Desserts
Camembert	Purée pomme cerises	Marbré chocolat vanille
Desserts	Flan nappé caramel	Liégeois café
Oeufs au lait	Entremets praliné	Pomme du Verger
Pêche	Semoule au lait raisins	Tartelette pommes
Crème dessert chocolat	Tartelette pommes	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème
Riz au lait cannelle	Suppléments	Bouillie froment vanillée
Purée de fruits	Petit pain	Suppléments
Tartelette pommes	Beurre 1/2 sel	Petit pain
Suppléments		Beurre 1/2 sel
Petit pain		
Beurre 1/2 sel		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>
Pâté de foie	Galantine volaille	Macédoine légumes mayo	Tomate mozzarella
Betteraves persillées	Carottes râpées	Melon	Haricots verts V
Potage courgettes	Potage dubarry	Potage carottes cumin	Potage de légumes
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs	Pâté de campagne
Oeufs durs	Betteraves cuites	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
		Betteraves cuites	Betteraves cuites
<u>Plats complets</u>	<u>Plats complets</u>		
Couscous de poulet	Risotto de volaille	<u>Plats complets</u>	<u>Plats</u>
		Courgettes aux boeuf	Paupiette saumon sauce citron
<u>Plats</u>	<u>Plats</u>		
Courgette farcie	Beignets poisson	<u>Plats</u>	Rôti porc sauce paprika
Museau porc vinaigrette échalote persil	Merguez et chipolatas	Escalope dinde sc espagnole	Oeufs durs sauce aurore
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Filet lieu poché	Escalope de dinde
Steak cru	Steak cru	Escalope de dinde	Jambon blanc
Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Escalope de dinde	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak cru
		Steak cru	
<u>Garnitures</u>	<u>Garnitures</u>	<u>Garnitures</u>	<u>Garnitures</u>
Coquillettes	Mitonnée de légumes	Carottes persillées	Purée pdt brocolis
Salade de tomates froide	Purée pomme de terre	Salade de pâtes tricolores froid	Riz aux poivrons
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Poêlée légumes
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Haricots verts	Pâtes	Pâtes
		Haricots verts	Haricots verts
<u>Laitages</u>	<u>Laitages</u>	<u>Laitages</u>	<u>Laitages</u>
Coulommiers	Rondelé nature	Fraidou	Camembert
Cotentin	Mimolette	Yaourt aromatisé	Gouda
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Camembert	Camembert	Yaourt aromatisé
<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>
Mousse au chocolat	Nectarine	Bouillie froment café	Moelleux aux pêches
Purée pommes	Entremets pistache	Madeleine	Pomme du Verger
Fromage blanc nature	Flan chocolat	Purée pomme myrtille	Semoule lait caramel
Tapioca lait chocolat	Floraline lait fleur d'oranger	Riz au lait	Purée de fruits
Tartelette pommes	Chou à la crème	Tartelette pommes	Chou à la crème
Chou à la crème	Purée de fruits	Chou à la crème	
	Tartelette pommes		<u>Suppléments</u>
<u>Suppléments</u>	<u>Suppléments</u>	<u>Suppléments</u>	
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel