



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE
Régime : Sans sel
SEMAINE N°25 : 21 JUIN 2021 AU 27 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 04 juin

Jeudi Menu A : Escapade
gourmande en Grèce

Salade piémontaise : PDT,
jambon, œuf dur, tomate,
cornichon, mayonnaise
Salade pastourelle : pâte,
tomate, poivron

Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs

Moussaka : gratin aubergines
grillées, tomate, boeuf

Sce armoricaine : crème
fraîche, tomate, fumet
crustacé, oignons

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Tomates basilic sse	Betteraves ciboulette sse	Carottes râpées coriandre sse
Velouté de lentilles corail sse	Potage de légumes sse	Potage courgettes sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites
Plats complets	Plats	Plats complets
Cassiolette de poisson aux légumes sse	Merlu sauce crème sse	Chou-fleur à la volaille au curcuma sse
	Cake aux légumes sse	
	Jambon blanc	
	Steak haché veau jus	
	Emincé dinde jus sse	
Plats	Garnitures	Plats
Boeuf bourguignon sse	Poêlée de légumes sse	Rôti de porc au jus sse
Steak haché veau jus	Salade verte	Escalope de dinde
Jambon blanc	Pomme de terre vapeur	Steak haché veau jus
Escalope de dinde	Pâtes	Jambon blanc
	Haricots verts	
Garnitures	Laitages	Garnitures
Purée pomme de terre sse	Petit fromage aux noix	Pâtes tortis sse
Navets persillés	Yaourt nature	Duo haricots verts et beurre
Pâtes	Yaourt aromatisé	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Fromage blanc	
Pomme de terre vapeur		Laitages
Laitages	Desserts	Yaourt nature
Petit fromage frais nature	Bouillie froment vanillée	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Pêche	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Pruneaux au sirop	
Fromage blanc	Floraline lait cannelle	Desserts
	Chou à la crème	Purée pomme cerises
Desserts	Purée de fruits	Kiwi
Purée pomme cannelle	Tartelette pommes	Flan chocolat
Yaourt aromatisé		Riz au lait fleur oranger
Tapioca au lait café		Tartelette pommes
Tartelette pommes		Chou à la crème
Chou à la crème		
Suppléments	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Concombre à la crème sse	Haricots verts vinaigrette sse	Salade pomme de terre, tomate ciboulette sse	Tomate vinaigrette sse
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse	Potage de poireaux sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Semoule fantaisie
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
			Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats	Plats
Emincé dinde curry sse	Merlu sauce oseille sse	Poulet rôti (cuisse) sse	Langue boeuf sauce piquante sse
Omelette sse	Steak haché veau jus sse	Escalope porc au jus sse	Saumonette sauce citron sse
Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Jambon blanc
			Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Jardinière de légumes sse	Riz créole sse	Carottes à la crème sse	Coquillettes sse
Pomme de terre boulangères sse	Epinards béchamel sse	Haricots blancs sse	Julienne de légumes sse
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts	Salade verte
Pâtes	Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
		Courgettes persillées	
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Cotentin	Yaourt aromatisé	Emmental	Cotentin
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc		Yaourt aromatisé	Fromage blanc
	Desserts		
Desserts	Nectarine	Desserts	Desserts
Semoule au lait miel orange	Purée pommes	Entremets caramel	Clafoutis aux abricots
Pomme du Verger	Semoule lait vanille	Mousse café	Pomme du Verger
Liégeois café	Tartelette pommes	Poire	Fromage blanc noix de coco
Tapioca au lait	Chou à la crème	Tartelette pommes	Chou à la crème
Tartelette pommes		Purée de fruits	Bouillie froment chocolat
Purée de fruits	Suppléments	Floraline au lait	Purée de fruits
Chou à la crème	Petit pain	Chou à la crème	Tartelette pommes
	1/2 baguette		
Suppléments	Baguette	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Baguette tradition	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	Pain campagne tranché	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Pain céréales tranché	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Pain complet tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché		Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché		Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché			Pain épeautre tranché