



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°26 : 28 JUN 2021 AU 04 JUILLET 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 11 juin**

*Salade bicolore : carottes,  
radis râpés*

*Salade riz niçoise : riz,  
tomate, olive noire, basilic,  
oignon*

*Salade pdt océane : pdt,  
colin, crème, ciboulette,  
échalotes*

*Blettes à la parisienne :  
blettes, jambon, béchamel*

*Sce grand-mère : crème,  
lardons, champignons,  
oignons*

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

*Sce Vallée d'Auge : crème,  
cidre, pomme, oignons*  
*Clafoutis normand : clafoutis  
au camembert*

*Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets*

*Pêlé Mêle provençal :  
brunoise aubergine,  
courgette, tomate, poivron*

*Trio de légumes : haricots  
verts, carottes, choux-fleurs*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Courgettes, poivrons origan sse	Chou blanc sc curry	Salade bicolore
	Salade de perles citron coriandre	Potage courgette céleri	Betteraves cuites
	Potage de légumes	Oeufs durs	Potage de légumes
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
	Pâté de campagne	Betteraves cuites	Pâté de campagne
	1/2 Pomelos		1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
		Salade pdt océane	Haricots verts volaille
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Emincé dinde sc gd-mère	Palette de porc sauce provençale	Omelette
	Lieu sc dieppoise	Sauté boeuf aux oignons	Rognons de porc sauce bordelaise
	Pizza au fromage	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
	Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Riz créole	Carottes et navets	Petits pois fermiers
	Purée de brocolis	Coquillettes	Riz pilaf
	Fenouil à la tomate	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pâtes	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur		Haricots verts
	Purée pomme de terre	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	<b>Laitages</b>	Gouda	Fondu président
	Yaourt nature	Cotentin	Yaourt nature
	Saint Paulin	Fromage blanc	Fromage blanc
	Fromage blanc	Camembert	Camembert
	Camembert	Yaourt nature	
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Purée pomme mûre	Tapioca lait fleur oranger ssu	Far nature ssu
	Kiwi	Pomme du Verger	Semoule lait fleur oranger ssu
	Bouillie froment ssu	Purée de fruits	Nectarine
	Abricots	Abricots	Purée de fruits
	Nectarine	Kiwi	Pomme du Verger
	Pêche	Nectarine	Pêche
	Pomme	Pêche	Abricots
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	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
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Tomate vinaigrette	Pomme de terre vinaigrette	Melon	Haricots verts échalotes
Taboulé	Carottes râpées persil	Salade riz niçoise	Potage crécy
Potage poireaux p. de terre	Velouté aux asperges	Potage de légumes	Oeufs durs
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne	1/2 Pomelos
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	<b>Plats</b>
			Colombo de porc
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	Colin sauce citron
Tortellini boeuf sauce crème origan	Colin meunière	Céleri volaille sauce tomate	Escalope de dinde
Blettes à la parisienne	Clafoutis normand		Jambon blanc
	Escalope de dinde	<b>Plats</b>	Steak haché veau jus
<b>Plats</b>	Jambon blanc	Boulettes agneau au jus	
Poulet sauce Vallée d'Auge	Steak haché veau jus	Oeufs durs béchamel	<b>Garnitures</b>
Jambon blanc		Steak haché veau jus	Courgettes
Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	Jambon blanc	Penne rigate (pâtes)
	Pêlé Mêle provençal	Escalope de dinde	Printanière de légumes
<b>Garnitures</b>	Lentilles		Pomme de terre vapeur
Poêlée légumes	Salade verte	<b>Garnitures</b>	Purée pomme de terre
Haricots verts	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Riz créole	
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Trio de légumes	<b>Laitages</b>
Purée pomme de terre	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Brie
	<b>Laitages</b>	Pâtes	Petit fromage aux noix
<b>Laitages</b>	Yaourt nature	Haricots verts	Yaourt nature
Camembert	Fromage frais ail fines herbes		Fromage blanc
Fraidou	Fromage blanc	<b>Laitages</b>	
Fromage blanc	Camembert	Fromage frais sel Guérande	<b>Desserts</b>
Yaourt nature		Tomme blanche	Moelleux cacao cerise ssu
	<b>Desserts</b>	Yaourt nature	Pomme du Verger
<b>Desserts</b>	Pêche	Fromage blanc	Purée de fruits
Purée pomme framboises	Entremets vanille ssu	Camembert	Abricots
Floraline lait ssu	Purée de fruits		Nectarine
Abricots	Abricots	<b>Desserts</b>	Pêche
Pomme du Verger	Bouillie de froment café ssu	Purée pommes	Riz au lait ssu
Nectarine	Nectarine	Abricots	
Pêche	Pomme	Floraline lait vanille ssu	<b>Suppléments</b>
	<b>Suppléments</b>	Nectarine	Petit pain
<b>Suppléments</b>	Petit pain	Pêche	1/2 baguette
Petit pain	1/2 baguette	Pomme	Baguette
1/2 baguette	Baguette		Baguette tradition
Baguette	Baguette tradition	<b>Suppléments</b>	Pain campagne tranché
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Petit pain	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	1/2 baguette	Pain complet tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Baguette	Pain de maïs tranché
Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Baguette tradition	Pain épeautre tranché
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Baguette campagne tranché	
Pain épeautre tranché		Baguette céréales tranché	
		Pain campagne tranché	
		Pain céréales tranché	
		Pain complet tranché	
		Pain de maïs tranché	
		Pain épeautre tranché	