



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°27 : 05 JUILLET 2021 AU 11 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 18 juin

Menu B mercredi : repas froid

Menu C jeudi : repas froid

Salade perles estivale :

perles, concombre, menthe

Salade colorée : chou rouge,

carottes râpées, radis

Moussaka : gratin aubergines

grillées, tomate, boeuf

Sauce angevine : crème,

oseille, champignons,

oignons

Escalope viennoise : filet

volaille pané

Sauce bretonne : fumet

poisson, oignons, céleri,

poireaux, champignons

Polenta : farine de maïs

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade pomme de terre échalotes	Concombre ciboulette	Carottes râpées
Tomate vinaigrette	Crêpe au fromage	Salade de perles estivale
Potage de légumes	Potage au pistou	Potage courgette céleri
Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Oeufs durs
Oeufs durs	Betteraves cuites	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Pâté de campagne	Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats complets
Poulet rôti (cuisse)	Tortis bolognaise	Duo de poisson fondue de poireaux
Paupiette veau sc angevine	Poêlée légumes à la volaille	
Tarte chèvre basilic	Plats	Plats
Steak haché veau jus	Lieu sauce aneth	Escalope porc au jus
Jambon blanc	Escalope de dinde	Cake aux olives
	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Garnitures	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Haricots verts oignons	Garnitures	Escalope de dinde
Riz créole	Purée d'épinards	Garnitures
Courgettes	Haricots verts	Lentilles
Pâtes	Pâtes	Salade haricots verts tomates froid
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Laitages	Laitages	Pâtes
Fraidou	Camembert	Haricots verts
Emmental	Fondu président	Laitages
Camembert	Fromage blanc	Fromage frais sel Guérande
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
Yaourt nature	Desserts	Fromage blanc
Desserts	Entremets vanille ssu	Camembert
Purée pomme vanille	Tapioca au lait ssu	Desserts
Fromage blanc aux fruits rouges	Pomme du Verger	Nectarine
Abricots	Purée de fruits	Semoule au lait ssu
Bouillie de froment café ssu	Abricots	Purée de fruits
Nectarine	Pêche	Abricots
Pêche	Nectarine	Pêche
Pomme	Suppléments	Pomme
Suppléments	Petit pain	Suppléments
Petit pain	1/2 baguette	Petit pain
1/2 baguette	Baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette tradition	Baguette
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché		Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves cuites	Saucisson ail	Tomate basilic	Melon
Céleri râpé curry	Salade antillaise	Romanesco et chou-fleur vinaigrette	Salade de lentilles
Potage de légumes	Potage crécy	Potage poireaux p. de terre	Potage à la tomate
Pâté de campagne	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
		Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	Plats		Plats complets
Escalope viennoise	Lieu sauce bretonne	Plats	Moussaka de boeuf
Estouffade de boeuf	Sauté dinde romarin	Jambonneau et moutarde	
Jambon blanc	Caroline au fromage	Courgette farçie	Plats
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Omelette	Emincé dinde crème poivrons
	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Saumonette sauce basilic
Garnitures	Garnitures	Jambon blanc	Escalope de dinde
Ratatouille	Purée pomme de terre	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Polenta crémeuse	Petits pois		Steak haché veau jus
Salade italienne froide	Salade verte	Garnitures	
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Carottes au beurre	Garnitures
Purée pomme de terre	Pâtes	Coquillettes à la tomate	Riz pilaf
Haricots verts	Haricots verts	Haricots beurre ail persil	Julienne de légumes
Pâtes		Pomme de terre vapeur	Haricots verts
	Laitages	Purée pomme de terre	Pâtes
Laitages	Yaourt nature		Pomme de terre vapeur
Gouda	Carré fromager	Laitages	Purée pomme de terre
Fromage frais ail fines herbes	Fromage blanc	Pavé 1/2 sel	
Camembert		Edam	Laitages
Fromage blanc	Desserts	Yaourt nature	Brie
Yaourt nature	Pêche	Fromage blanc	Yaourt nature
	Purée pomme cassis	Camembert	Fromage blanc
Desserts	Semoule au lait ssu		
Moelleux nature	Pomme	Desserts	Desserts
Abricots	Nectarine	Bouillie froment cannelle ssu	Clafoutis pêches ssu
Purée de fruits	Abricots	Yaourt nature	Floraline au cacao ssu
Bouillie froment cacao ssu		Abricots	Pomme du Verger
Nectarine	Suppléments	Tapioca au lait ssu	Purée de fruits
Pêche	Petit pain	Purée de fruits	Abricots
Pomme	1/2 baguette	Pêche	Nectarine
	Baguette	Pomme	Pêche
Suppléments	Baguette tradition	Nectarine	
Petit pain	Pain campagne tranché		Suppléments
1/2 baguette	Pain céréales tranché	Suppléments	Petit pain
Baguette	Pain complet tranché	Petit pain	1/2 baguette
Baguette tradition	Pain de maïs tranché	1/2 baguette	Baguette
Pain campagne tranché	Pain épeautre tranché	Baguette	Baguette tradition
Pain céréales tranché		Baguette tradition	Pain campagne tranché
Pain complet tranché		Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché		Pain céréales tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché		Pain complet tranché	Pain de maïs tranché
		Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
		Pain épeautre tranché	