



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade lentilles échalotes	Concombre ciboulette sse	Carottes râpées sse
	Potage de légumes sse	Potage au pistou sse	Potage courgette céleri sse
	Tomate vinaigrette	1/2 Pomelos	Salade de perles estivale
	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		Betteraves cuites
	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Poulet rôti (cuisse) sse	Tortis bolognaise sse	Duo de poisson fondue de poireaux sse
	Steak haché veau jus sse	Poêlée de légumes à la volaille sse	
	Jambon blanc		
	<b>Garnitures</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Haricots verts oignons sse	Escalope de dinde	Escalope porc au jus sse
	Courgettes braisées sse	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Riz créole	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	Pâtes		Escalope de dinde
	Pomme de terre vapeur	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	<b>Laitages</b>	Haricots verts	Lentilles sse
	Emmental	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Fromage blanc	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Yaourt nature	<b>Laitages</b>	Haricots verts
	Yaourt aromatisé	Rondelé nature	<b>Laitages</b>
	<b>Desserts</b>	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Purée pomme vanille	Yaourt nature	Yaourt nature
	Crème dessert chocolat	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
	Fromage blanc aux fruits rouges	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Bouillie froment café	Entremets praliné	Nectarine
	Chou à la crème	Pomme du Verger	Semoule au lait
	Tartelette pommes	Liégeois café	Tartelette pommes
	<b>Suppléments</b>	Tapioca au lait	Purée de fruits
	Petit pain	Tartelette pommes	Chou à la crème
	1/2 baguette	Purée de fruits	
	Baguette	Chou à la crème	<b>Suppléments</b>
	Baguette tradition	<b>Suppléments</b>	Petit pain
	Pain campagne tranché	Petit pain	1/2 baguette
	Pain céréales tranché	1/2 baguette	Baguette
	Pain complet tranché	Baguette	Baguette tradition
	Pain de maïs tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
		Pain céréales tranché	Pain complet tranché
		Pain complet tranché	Pain de maïs tranché
		Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
		Pain épeautre tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Betteraves vinaigrette sse	Salade antillaise sse	Tomates basilic sse	Melon
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage poireaux pomme de terre sse	Potage à la tomate sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Estouffade de boeuf sse	Filet lieu sauce bretonne sse	Rôti de porc au jus sse	Emincé dinde crème poivrons sse
Jambon blanc sse	Sauté dinde romarin sse	Omelette sse	Saumonette sauce basilic sse
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Ratatouille sse	Petits pois sse	Carottes sse	Riz pilaf sse
Salade italienne sse	Purée pomme de terre sse	Coquillettes à la tomate sse	Julienne de légumes sse
Pomme de terre vapeur	Salade verte	Haricots beurre ail persil	Pâtes
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pâtes		Haricots verts sse
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Petit fromage aux noix	Yaourt nature	Fromage frais nature	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé		Fromage blanc	
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Eclair au café	Pêche	Bouillie froment cannelle	Clafoutis aux pêches
Entremets vanille	Purée pomme cassis	Abricots	Pomme du Verger
Abricots	Crème dessert vanille	Yaourt aromatisé	Flan nappé caramel
Bouillie froment chocolat	Chou à la crème	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Chou à la crème	Semoule lait caramel	Tapioca au lait	Purée de fruits
Purée de fruits	Tartelette pommes	Purée de fruits	Chou à la crème
Tartelette pommes		Chou à la crème	Floraline lait chocolat
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché