



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°28 : 12 JUILLET 2021 AU 18 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 25 juin

Menu B du vendredi : repas
froid

Potage carmen : pomme de
terre, poivrons, tomate

Salade du chef : riz, épaule
de porc, tomate, oeuf dur

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

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves à l'aïl	Tomate vinaigrette	Radis sauce fromage blanc ciboulette
Galantine volaille	Salade pâtes basilic	Cervelas
Potage carottes cumin	Potage de légumes	Velouté aux asperges
1/2 Pomelos	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Pâté de campagne	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats complets	Plats	Plats
Couscous boulettes agneau	Palette de porc	Poulet sauce basquaise
	Sauté boeuf printannier	Haché veau échalotes
Plats	Feuilleté du pêcheur	Oeufs brouillés fines herbes
Filet colin sauce tomate	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Clafoutis de légumes	Jambon blanc	Jambon blanc
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	
Jambon blanc		Garnitures
Steak haché veau jus		Riz créole
	Garnitures	Blettes à la tomate
Garnitures	Purée pomme de terre	Petits pois fermiers
Courgettes	Carottes braisées	Pomme de terre vapeur
Salade verte	Épinards	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Haricots verts	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur	
Haricots verts		Laitages
	Laitages	Crème anglaise
Laitages	Gouda	Pavé 1/2 sel
Cotentin	Yaourt nature	Yaourt nature
Coulommiers	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Camembert	Camembert
Yaourt aromatisé		
	Desserts	Desserts
Desserts	Entremet chocolat	Moelleux aux fruits rouges
Nectarine	Purée pomme menthe	Liégeois café
Crème pâtissière amandes	Abricots	Pêche
Mousse café	Tartelette pommes	Purée de fruits
Riz au lait	Floraline lait vanille	Bouillie de froment
Tartelette pommes	Chou à la crème	Chou à la crème
Purée de fruits		Tartelette pommes
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
Carottes râpées persil	Salade pomme de terre ciboulette	Chou fleur persil	Pâté de campagne
Macédoine légumes mayo	Melon	Taboulé	Tomate vinaigrette
Potage de légumes	Potage courgettes	Potage de légumes	Potage carmen
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	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats complets	Plats complets	Plats complets	Plats complets
Courgettes aux boeuf	Salade du chef (froid)	Gratin poisson légumes	Paëlla au poulet
Plats	Plats	Plats	Plats
Andouillette	Colin pané	Colombo de poulet	Poitrine veau farcie
Galette garnie volaille champignons	Tarte au fromage	Escalope porc au cidre	Croque monsieur
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Escalope de dinde
Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Escalope de dinde		Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Penne rigate (pâtes)	Pêlé Mêle provençal	Coquillettes	Mitonnée de légumes
Salade verte	Haricots verts	Navets persillés	Salade verte
Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes
			Haricots verts
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Petit fromage aux noix	Brie	Yaourt nature	Fromage frais ail fines herbes
Yaourt aromatisé	Bleu	Fondu président	Bûchette mi-chèvre
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Camembert
Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
Camembert	Yaourt aromatisé	Camembert	Yaourt nature
			Yaourt aromatisé
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Tapioca lait vanille	Oeufs au lait	Purée pomme abricot	Tarte flan
Pomme du Verger	Crème dessert vanille	Mousse au chocolat	Pomme du Verger
Flan nappé caramel	Nectarine	Liégeois vanille	Entremets praliné
Semoule lait fleur oranger	Bouillie froment cannelle	Floraline lait chocolat	Tapioca lait vanille
Tartelette pommes	Chou à la crème	Chou à la crème	Purée de fruits
Purée de fruits	Purée de fruits	Tartelette pommes	Chou à la crème
Chou à la crème	Tartelette pommes		
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
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