



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

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

Sce aurore : crème, fumet

poisson, tomate, oignons

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves à l'ail sse	Tomate vinaigrette sse	Radis vinaigrette citron
Potage carottes cumin sse	Potage de légumes sse	Velouté d'asperges sse
1/2 Pomelos	Oeufs durs	Oeufs durs
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats
Filet colin sauce tomate sse	Sauté boeuf printanier sse	Poulet sauce basquaise sse
Clafoutis aux légumes sse	Jambon blanc sse	Oeufs brouillés herbes sse
Escalope de dinde	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus		
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Semoule légumes couscous sse	Purée pomme de terre sse	Riz créole sse
Salade verte	Epinards sse	Petits pois fermiers sse
Pomme de terre vapeur	Carottes braisées	Pomme de terre vapeur
Courgettes	Haricots verts	Pâtes
Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	
Laitages	Laitages	Laitages
Cotentin	Yaourt nature	Fromage frais nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
Yaourt nature		Fromage blanc
Desserts	Desserts	Desserts
Nectarine	Entremets chocolat ssu	Moelleux cassis ssu
Purée pommes	Floraline lait vanille ssu	Bouillie froment ssu
Abricots	Purée pomme menthe	Pêche
Pêche	Abricots	Purée de fruits
Pomme	Nectarine	Abricots
Riz au lait ssu	Pêche	Nectarine
	Pomme	Pomme
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 citron sse	Salade pomme de terre, tomate ciboulette sse	Chou-fleur persil sse	Tomate vinaigrette sse
Potage de légumes sse	Potage courgettes sse	Potage de légumes sse	Potage carmen sse
Oeufs durs	Melon	Oeufs durs	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Oeufs durs
Plats complets	Betteraves cuites	Taboulé	Plats
Courgettes au boeuf sse	Plats complets	Plats complets	Escalope de porc au cidre sse
Plats	Salade du chef sse (froid)	Gratin poisson légumes sse	Emincé poulet jus sse
Emincé dinde jus sse	Plats	Plats	Jambon blanc
Jambon blanc	Filet lieu sauce aurore sse	Colombo de poulet sse	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Garnitures
Garnitures	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Mitonnée de légumes sse
Pâtes penne rigate sse	Escalope de dinde	Garnitures	Riz aux poivrons sse
Salade verte	Garnitures	Coquillettes sse	Salade verte
Pomme de terre vapeur	Pêlé mêle provençal sse	Navets persillés	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes
Laitages	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Petit fromage aux noix	Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Laitages	Yaourt nature	Fromage blanc
Fromage blanc	Emmental	Fromage blanc	Yaourt nature
Desserts	Fromage blanc	Desserts	Desserts
Tapioca lait vanille ssu	Yaourt nature	Purée pomme abricot	Far nature ssu
Pomme du Verger	Desserts	Floraline au cacao ssu	Entremets vanille ssu
Purée de fruits	Oeufs au lait ssu	Abricots	Pomme du Verger
Abricots	Nectarine	Nectarine	Purée de fruits
Nectarine	Purée de fruits	Pêche	Abricots
Pêche	Abricots	Pomme	Nectarine
Pomme	Bouillie froment cannelle ssu	Suppléments	Pêche
Semoule lait fleur oranger ssu	Pomme	Petit pain	Tapioca lait vanille ssu
Suppléments	Pêche	1/2 baguette	Suppléments
Petit pain	Suppléments	Baguette	Petit pain
1/2 baguette	Petit pain	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette	1/2 baguette	Pain campagne tranché	Baguette
Baguette tradition	Baguette	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre 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		