



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°29 : 19 JUILLET 2021 AU 25 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 02 juillet

Potage carmen : pomme de
terre, poivrons, tomate

Salade bicolore : carottes,
radis râpés

Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs

Salade camarguaise : riz,
tomate, poivron, olive,
cornichon

Salade bavaroise : pomme de
terre, tomate, emmental,
jambon, persil

Sauce barbecue : Ketchup,
moutarde, miel

Polenta : farine de maïs

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade pomme de terre, tomate, ciboulette	Macédoine légumes mayo	Salade de lentilles
Saucisson ail	Chou-fleur V	Tomate basilic
Potage courgettes	Potage de légumes	Potage carmen
1/2 Pomelos	Pâté de campagne	Oeufs durs
Betteraves cuites	Oeufs durs	Pâté de campagne
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats complets	Plats complets	Plats
Lasagnes bolognaise	Far courgettes mozzarella	Merguez
Parmentier poisson carottes		Omelette
Plats	Plats	Pizza au fromage
Pilon poulet rôti	Jambon braisé sauce barbecue	Steak haché veau jus
Jambon blanc	Filet colin façon bouillabaisse	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Escalope de dinde	Jambon blanc	
	Steak haché veau jus	
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Petits pois	Haricots verts oignons	Ratatouille
Haricots verts	Riz pilaf	Pommes de terre boulangères
Pâtes	Purée pomme de terre	Salade verte
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Pâtes	Pâtes
Laitages	Laitages	Laitages
Edam	Carré fromager	Yaourt nature
Yaourt nature	Pavé 1/2 sel	Fromage frais sel Guérande
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Camembert	Fromage blanc	Camembert
Desserts	Desserts	Desserts
Flan vanille	Semoule au lait	Liégeois vanille
Purée pomme pêche	Pomme entière cuite au four	Abricots
Nectarine	Tapioca lait vanille	Floraline lait chocolat
Riz au lait	Tartelette pommes	Chou à la crème
Tartelette pommes	Purée de fruits	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Tartelette pommes
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
Salade bicolore	Salade camarguaise	Salade de perles citron coriandre	Melon
Semoule fantaisie	Concombre vinaigrette	Betteraves cuites	Pâté de lapin
Potage de légumes	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage crécy
Pâté de campagne	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
Betteraves cuites	Betteraves cuites		
Plats	Plats complets	Plats	Plats
Emincé de dinde sauce tomate origan	Salade bavaroise (froid)	Rôti porc aux herbes	Duo poisson sc crème curcuma
Daube de boeuf avignonnaise	Céleri volaille sauce tomate	Emincé dinde sauce curry	Tomate farcie
Museau porc vinaigrette échalote persil		Cake aux légumes	Quenelles veau sauce marengo
Escalope de dinde	Plats	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Jambon blanc	Beignets poisson	Jambon blanc	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Jambon blanc		
	Steak haché veau jus		
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Pâtes tortis	Mitonnée de légumes	Carottes braisées	Purée de brocolis
Blettes	Pomme de terre vapeur	Polenta crémeuse	Penne rigate (pâtes)
Salade de tomates froide	Purée pomme de terre	Salade verte	Brunoise de légumes
Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Haricots verts		Pâtes	Purée pomme de terre
		Haricots verts	
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Coulommiers	Rondelé nature	Fromage frais ail fines herbes	Gouda
Cotentin	Mimolette	Yaourt nature	Fraidou
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Camembert
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature
	Camembert		Yaourt aromatisé
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Crème dessert caramel	Pêche	Purée pomme myrtille	Gâteau basque
Purée pommes	Fromage blanc aux fruits rouges	Flan nappé caramel	Crème pâtissière à l'ananas
Bouillie froment café	Entremet chocolat	Prunes	Nectarine
Chou à la crème	Semoule lait fleur oranger	Riz au lait café	Bouillie froment vanillée
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Chou à la crème
	Purée de fruits	Chou à la crème	Purée de fruits
	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