



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°45 : 04 NOVEMBRE 2019 AU 10 NOVEMBRE 2019

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 octobre

Salade pastourelle : pâte,
tomate, poivron

Salade colorée : chou rouge,
carottes râpées, radis
Salade exotique : riz, tomate,
ananas, maïs

Taboulé libanais : boulgour,
tomate, poivron, coriandre,
cumin

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo

Potage Dubarry : crème de
chou-fleur, PDT

Sce grand-mère : crème,
lardons, champignons,
oignons

Bordelaise : vin rouge,
échalotes et oignons

Stroganoff : tomate, crème,
champignons, paprika

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade pastourelle	Saucisson ail	Chou blanc vinaigrette
Salade colorée	Haricots verts V	Salade exotique
Potage crécy	Potage de légumes	Potage poireaux p. de terre
Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats complets
Emincé dinde sc gd-mère	Lasagnes bolognaise	Gratin poisson légumes
Filet colin sauce bordelaise		
Tarte chèvre basilic	Plats	Plats
Steak haché veau jus	Rôti de porc aux oignons	Boudin noir
Steak cru	Oeufs durs béchamel	Poulet rôti (cuisse)
Escalope de dinde	Steak cru	Steak cru
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Jambon blanc	Jambon blanc
	Escalope de dinde	
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Jardinière légumes	Carottes persillées	Purée pomme de terre
Riz curcuma	Choux fleurs persillés	Petits pois
Salade verte	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Pâtes	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur	
Haricots verts		Laitages
Laitages	Laitages	Brie
Coulommiers	Fondu président	Yaourt aromatisé
Fromage frais ail fines herbes	Saint Paulin	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Desserts
	Camembert	Liégeois café
Desserts	Desserts	Kiwi
Purée pomme poire	Semoule lait rhum	Tapioca au lait
Flan vanille	Pomme du Verger	Tartelette pommes
Orange	Crème dessert chocolat	Purée de fruits
Bouillie froment chocolat	Riz au lait café	Chou à la crème
Chou à la crème	Tartelette pommes	
Tartelette pommes	Purée de fruits	Suppléments
Suppléments	Chou à la crème	Petit pain
Petit pain		Beurre 1/2 sel
Beurre 1/2 sel	Suppléments	
	Petit pain	
	Beurre 1/2 sel	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>	<u>Entrées</u>
Carottes cuites au cumin	Salade pomme de terre échalotes	Betteraves échalotes	Salade coleslaw
Salade de lentilles sse	Galantine volaille	Taboulé libanais	Pâté de campagne
Potage de légumes	Potage potiron	Potage de légumes	Potage dubarry
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne	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		
<u>Plats complets</u>	<u>Plats</u>	<u>Plats complets</u>	<u>Plats complets</u>
Blettes au boeuf	Colin meunière	Tortis poulet sauce crème champignons	Poêlée légumes à la volaille
	Sauté porc à l'ancienne		
<u>Plats</u>	Tarte aux poireaux	<u>Plats</u>	<u>Plats</u>
Poitrine veau sc potiron	Steak haché veau jus	Boulettes agneau sc tomate	Boeuf Stroganoff
Omelette	Steak cru	Jambon blanc	Dos lieu sauce curry
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Steak cru	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Jambon blanc		Steak cru	Steak haché veau jus
Escalope de dinde			Steak cru
	<u>Garnitures</u>	<u>Garnitures</u>	<u>Garnitures</u>
<u>Garnitures</u>	Julienne de légumes forestière	Légumes couscous	Pomme de terre rissolées
Coquillettes	Haricots blancs	Purée de céleri	Navets persillés
Haricots beurre ail persil	Salade verte	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Purée pomme de terre	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	
<u>Laitages</u>	Purée pomme de terre		<u>Laitages</u>
Gouda		<u>Laitages</u>	Carré fromager
Tomme blanche	<u>Laitages</u>	Petit fromage aux noix	Edam
Yaourt nature	Yaourt nature	Bûchette mi-chèvre	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Rondelé au poivre	Camembert	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Camembert	Fromage blanc	Yaourt nature	
	Camembert	Yaourt aromatisé	
<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>
Far breton	Poire	Entremets vanille	Eclair au chocolat
Mousse au citron	Purée pommes	Pomme du Verger	Purée pomme pain d'épice
Fromage blanc nature	Flan nappé caramel	Yaourt aromatisé	Poire
Floraline lait vanille	Bouillie de froment	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Chou à la crème	Chou à la crème	Riz au lait fleur orange	Semoule au lait
Purée de fruits	Tartelette pommes	Chou à la crème	Chou à la crème
Tartelette pommes		Purée de fruits	
	<u>Suppléments</u>	<u>Suppléments</u>	<u>Suppléments</u>
<u>Suppléments</u>	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Petit pain	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel
Beurre 1/2 sel			