



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°46 : 11 NOVEMBRE 2019 AU 17 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 25 octobre

*Croisillons champignons :
feuilleté aux champignons (à
réchauffer)*

*Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs*

*Salade arlequin : pdt, poivron,
maïs*

*Salade antillaise : riz, ananas,
tomate, poivron*

*Sauce chasseur : carotte,
oignons, champignon*

*Sauce bercy : roux crème,
oignons, persil*

*Escalope viennoise : filet
volaille pané*

*Sauce à la diable : roux,
sauce moutarde, tomate*

*Caroline aux champignons :
pâtes à choux, champignons,
béchamel*

*Sauce gribiche : oeufs durs,
moutarde, cornichon, câpres*

*Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets*

*Trio de légumes : haricots
verts, carottes, choux-fleurs*

*Légumes du pot : p.de terre,
chou, navet, carotte, poireau*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Croisillons champignons	Macédoine légumes mayo	Betteraves à l'ail
	Haricots verts V	Semoule fantaisie	Chou rouge V
	Potage à l'oseille	Potage carottes cumin	Potage de légumes
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
	Plats complets	Plats	Plats
	Chou vert braisé au boeuf	Oeufs brouillés champignons	Jambonneau et moutarde
		Colin sauce citron	Goulash de boeuf
	Plats	Pizza au fromage	Quenelles volaille paprika
	Langue de boeuf sauce madère	Steak haché veau jus	Steak cru
	Echine demi-sel	Steak cru	Steak haché veau jus
	Escalope de dinde	Jambon blanc	Jambon blanc
	Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus		
	Steak cru	Garnitures	Garnitures
		Penne rigate (pâtes)	Poêlée légumes
	Garnitures	Purée d'épinards	Riz créole
	Carottes au beurre	Salade verte	Coquillettes
	Lentilles	Purée pomme de terre	Haricots verts
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pâtes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur		
	Purée pomme de terre	Laitages	Laitages
		Brie	Yaourt nature
	Laitages	Gouda	Pavé 1/2 sel
	Fraidou	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Fromage blanc
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Camembert
	Fromage blanc		
	Camembert	Desserts	Desserts
		Poire	Moelleux poire pistache
	Desserts	Purée pomme mangue	Ananas au sirop
	Oeufs au lait	Crème dessert vanille	Chou à la crème
	Kiwi	Riz au lait café	Purée de fruits
	Flan chocolat	Tartelette pommes	Tapioca au lait café
	Floraline lait fleur d'oranger	Chou à la crème	Tartelette pommes
	Chou à la crème		
	Purée de fruits	Suppléments	Suppléments
	Tartelette pommes	Petit pain	Petit pain
		Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel
	Suppléments		
	Petit pain		
	Beurre 1/2 sel		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Carottes râpées	Pâté forestier	Salade arlequin	Tartare légumes fromage frais ciboulette
Salami	Oeufs durs	Carottes cuites agrumes	Salade antillaise
Potage de céleri	Potage de légumes	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes
Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos		1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Plats complets		
	Raviolis boeuf sauce tomate		
Plats	Plats	Plats complets	Plats
Escalope de dinde sse	Filet lieu sc bercy	Cassiolette poisson légumes	Palette porc diable
Paupiette veau sauce chasseur	Croque monsieur		Tête de veau sauce gribiche
Omelette	Escalope de dinde	Plats	Caroline aux champignons
Steak cru	Jambon blanc	Escalope viennoise	Escalope de dinde
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Sauté de porc cidre	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak cru	Steak cru	Steak haché veau jus
Escalope de dinde		Steak haché veau jus	Steak cru
	Garnitures	Jambon blanc	
Garnitures	Chou romanesco et champignons	Escalope de dinde	Garnitures
Purée pomme de terre	Salade verte		Pâtes tortis
Trio de légumes	Purée pomme de terre	Garnitures	Légumes du pot
Fondue de poireaux	Pomme de terre vapeur	Navets persillés	Haricots verts
Haricots verts	Pâtes	Haricots coco	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Haricots verts	Haricots verts	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur		Pâtes	
	Laitages	Pomme de terre vapeur	Laitages
Laitages	Camembert	Purée pomme de terre	Rondelé aux noix
Fromage frais sel Guérande	Mimolette		Saint Paulin
Emmental	Yaourt nature	Laitages	Yaourt nature
Camembert	Yaourt aromatisé	Vache qui rit	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt nature		Yaourt aromatisé	Camembert
Yaourt aromatisé	Desserts	Fromage blanc	
	Riz au lait	Camembert	Desserts
Desserts	Liégeois vanille		Tarte flan
Flan nappé caramel	Pomme entière cuite au four	Desserts	Kiwi
Purée pomme cannelle	Bouillie froment cannelle	Pomme du Verger	Purée pomme figues
Yaourt aromatisé	Chou à la crème	Entremets praliné	Semoule lait caramel
Tartelette pommes	Purée de fruits	Tapioca au lait	Tartelette pommes
Semoule au lait	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Chou à la crème
Chou à la crème		Purée de fruits	
	Suppléments	Chou à la crème	Suppléments
Suppléments	Petit pain		Petit pain
Petit pain	Beurre 1/2 sel	Suppléments	Beurre 1/2 sel
Beurre 1/2 sel		Petit pain	
		Beurre 1/2 sel	