



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°51 : 16 DÉCEMBRE 2019 AU 22 DÉCEMBRE 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 29 novembre

Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs

Salade arlequin : pdt, poivron,
maïs

Salade antillaise : riz, ananas,
tomate, poivron

Sauce chasseur : carotte,
oignons, champignons

Sauce bercy : roux crème,
oignons, persil

Escalope viennoise : filet
volaille pané

Sauce à la diable : roux,
sauce moutarde, tomate

Sauce gribiche : oeufs durs,
moutarde, cornichon, câpres

Caroline aux champignons :
pâtes à choux, champignons,
béchamel

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
Crêpe au fromage	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	Jambon braisé sc madère
	Colin sauce citron	Goulash de boeuf
Plats	Croque monsieur	Quenelles volaille paprika
Emincé poulet au jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
Echine demi-sel	Jambon blanc	Steak cru
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Steak cru	Escalope de dinde
Steak cru		
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Carottes à la crème	Penne rigate (pâtes)	Poêlée légumes
Lentilles	Purée d'épinards	Riz créole
Haricots verts	Salade verte	Coquillettes
Pâtes	Purée pomme de terre	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Haricots verts	Purée pomme de terre
Laitages	Laitages	Laitages
Fraidou	Brie	Yaourt nature
Bûchette mi-chèvre	Gouda	Pavé 1/2 sel
Camembert	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Camembert
Yaourt aromatisé		
Desserts	Desserts	Desserts
Poire	Clémentines	Moelleux poire pistache
Oeufs au lait	Purée pomme cannelle	Pomme du Verger
Flan chocolat	Crème dessert vanille	Tapioca au lait café
Floraline lait fleur d'oranger	Riz au lait café	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
Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel

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