



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°6 : 03 FÉVRIER 2020 AU 09 FÉVRIER 2020

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 17 janvier

Salade strasbourgeoise :  
PDT, saucisse Strasbourg  
Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Potage Dubarry : crème de  
chou-fleur, PDT

Potée lorraine : saucisse,  
palette de porc, haricots  
blancs, carottes, p. de terre,  
chou vert

Bœuf façon Baeckoffe: P. de  
terre en lamelles, oignons,  
bœuf égrené

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

Sauce provençale : tomates  
concassées, olive verte,  
herbes de provence

Sauce chasseur : carotte,  
oignons, champignons  
Sauce bercy : roux crème,  
oignons, persil

Sauce normande : crème,  
champignons, oignons  
Calamars à la romaine :  
calamars pané

Sauce bretonne : fumet  
poisson, oignons, céleri,  
poireaux, champignons

Polenta : farine de maïs

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Betteraves ciboulette	Macédoine légumes mayo	Carottes râpées persil
	Taboulé	Salami	Salade strasbourgeoise
	Velouté champignons	Potage de légumes	Crème potiron muscade
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	1/2 Pomelos
	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
		Betteraves cuites	Pâté de campagne
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Coquillettes carbonara	Omelette	Sauté de dinde sauce normande
		Jambon braisé sauce chasseur	Calamars à la romaine
	<b>Plats</b>	Filet lieu sc bercy	Croisillons aux champignons
	Sauté de bœuf grand-mère	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Emincé dinde provençale	Jambon blanc	Jambon blanc
	Escalope de dinde	Steak cru	Steak cru
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Steak cru		
	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
		Duo haricots persil	Riz créole
	<b>Garnitures</b>	Purée pois cassés	Chou romanesco et champignons
	Carottes navets persil	Julienne de légumes	Salade verte
	Salsifis persillés	Pâtes	Purée pomme de terre
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pâtes
	Pâtes		Haricots verts
	Haricots verts	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
		Coulommiers	Yaourt nature
	<b>Laitages</b>	Cotentin	Fraidou
	Saint Paulin	Fromage blanc	Camembert
	Fondu président	Yaourt nature	Fromage blanc
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Camembert		
	Yaourt nature	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Yaourt aromatisé	Crème pâtissière café	Purée pomme orange
		Pomme du Verger	Entremets pistache
	<b>Desserts</b>	Liégeois chocolat	Bouillie froment café
	Clémentines	Tapioca au lait	Chou à la crème
	Flan vanille	Tartelette pommes	Tartelette pommes
	Semoule au lait	Purée de fruits	
	Semoule au lait raisins	Chou à la crème	
	Tartelette pommes		
	Purée de fruits	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Chou à la crème	Petit pain	Petit pain
		Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel
	<b>Suppléments</b>		
	Petit pain		
	Beurre 1/2 sel		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Cervelas	Salade pomme de terre échalotes	Chou fleur persil	Andouille
Salade fantaisie	Haricots verts V	Salade pâtes basilic	Betteraves à l'orange
Potage de légumes	Potage dubarry	Potage de légumes	Velouté de lentilles corail
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Potée lorraine	Risotto fermier	Boudin noir	Boeuf Baeckoffe
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Escalope dinde pain d'épices	<b>Plats</b>
Haché veau sauce poivre vert	Poulet rôti (cuisse)	Oeufs brouillés champignons	Rôti porc pruneaux
Cordon bleu volaille	Steak haché veau jus	Steak cru	Tarte au fromage
Escalope de dinde	Steak cru	Steak haché veau jus	Steak cru
Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak cru		Escalope de dinde	Jambon blanc
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Polenta crémeuse	Poêlée légumes	Purée pomme de terre	Carottes au beurre
Petits pois	Pâtes farfalles	Céléris braisés	Salade verte
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Fondue de poireaux	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Haricots verts	Pâtes	Pâtes
Haricots verts		Pomme de terre vapeur	Haricots verts
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Carré fromager	Fromage frais ail fines herbes	Pavé 1/2 sel	Crème anglaise
Yaourt aromatisé	Emmental	Gouda	Camembert
Yaourt nature	Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé	Camembert	
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Purée pomme myrtille	Pomme du Verger	Crème dessert vanille	Moelleux chocolat
Poire	Flan nappé caramel	Kiwi	Clémentines
Riz au lait vanillé	Fromage blanc miel	Purée pommes	Crème dessert caramel
Chou à la crème	Tapioca lait chocolat	Floraline lait fleur d'oranger	Chou à la crème
<b>Suppléments</b>	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Purée de fruits
Petit pain	Purée de fruits	Chou à la crème	Tartelette pommes
Beurre 1/2 sel	Chou à la crème		Riz au lait
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel