



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°13 : 23 MARS 2020 AU 29 MARS 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 06 mars

Menu A jeudi : destination
Auvergne

Salade exotique : riz, tomate,
ananas, maïs

Salade coleslaw : émincé

chou blanc carotte mayo

Salade strasbourgeoise :

PDT, saucisse Strasbourg

Potage st germain : pois

cassés, Pomme De Terre,
crème

Salade du chef : riz, épaule
de porc, tomate, œuf dur

Chou-fleur à la parisienne :
chou-fleur, dés de jambon,
béchamel

Sauce suprême : crème et

champignons

Sauce piquante : tomate,

cornichon, estragon

Sauce normande : crème,

champignons, oignons

Sce aurore : crème, tomate,
oignons

Sauce à la diable : roux,

sauce moutarde, tomate

Sauce bery : crème,

oignons, persil

Sauce chasseur : carotte,

oignons, champignons

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

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves à l'ail	Salade coleslaw	Museau porc vinaigrette
Salade exotique	Salade strasbourgeoise	Tartare légumes fromage frais ciboulette
Potage poireaux p. de terre	Velouté champignons	Crème potiron muscade
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats complets	Plats	Plats
Cassoulet	Boulettes boeuf sc piquante	Filet de lieu sauce crème
Gratin poisson légumes	Rôti porc au jus	Quenelles veau sc normande
Plats	Oeufs brouillés fines herbes	Tarte aux légumes
Poulet sauce suprême	Steak cru	Steak cru
Steak cru	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc
Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Légumes du pot	Pâtes tortis	Carottes et navets
Haricots verts	Choux Bruxelles oignons	Riz pilaf
Pâtes	Haricots verts persillés	Salade verte
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Laitages	Laitages	Laitages
Coulommiers	Fromage frais ail fines herbes	Pâtes
Yaourt nature	Mimolette	Haricots verts
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Laitages
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fondu président
Desserts	Fromage blanc	Edam
Oeufs au lait	Camembert	Fromage blanc
Pomme du Verger	Desserts	Yaourt nature
Liégeois café	Mousse au chocolat	Yaourt aromatisé
Tapioca lait vanille	Purée pomme figues	Desserts
Tartelette pommes	Poire	Purée pomme cannelle
Purée de fruits	Semoule au lait cannelle	Orange
Chou à la crème	Tartelette pommes	Crème dessert vanille
Suppléments	Chou à la crème	Bouillie froment chocolat
Petit pain	Suppléments	Chou à la crème
Beurre 1/2 sel	Petit pain	Tartelette pommes
	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>
Potage auvergnat	Mortadelle	Chou rouge V	Macédoine mayonnaise estragon
Salade pâtes basilic	Carottes râpées à l'orange	Taboulé	Salade du chef
Potage de légumes	Potage St Germain	Potage de légumes	Potage crécy
Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
<u>Plats complets</u>	<u>Plats</u>	<u>Plats</u>	<u>Plats</u>
Chou-fleur parisienne	Beignets poisson	Palette porc diable	Langue de boeuf sauce madère
<u>Plats</u>	Emincé dinde curry	Filet colin sauce bercy	Poitrine veau sc chasseur
Pintade sauce au bleu	Clafoutis au camembert	Crêpe aux champignons	Emincé dinde paprika
Oeufs durs sauce aurore	Jambon blanc	Escalope de dinde	Jambon blanc
Steak cru	Steak cru	Jambon blanc	Steak cru
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak cru	Steak haché veau jus
Jambon blanc	<u>Garnitures</u>	Steak haché veau jus	<u>Garnitures</u>
Escalope de dinde	Printanière de légumes	<u>Garnitures</u>	Pâtes papillons
<u>Garnitures</u>	Lentilles	Riz créole	Purée de céleri
Purée pomme de terre	Salade verte	Haricots beurre ail persil	Salsifis persillés
Epinards béchamel	Purée pomme de terre	Julienne de légumes	Purée pomme de terre
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Purée pomme de terre	<u>Laitages</u>
<u>Laitages</u>	<u>Laitages</u>	<u>Laitages</u>	Rondelé nature
Cantal	Gouda	Brie	Carré fromager
Yaourt aromatisé	Fraidou	Pavé 1/2 sel	Fromage blanc
Yaourt nature	Camembert	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Camembert	Yaourt nature	Fromage blanc	<u>Desserts</u>
<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>	<u>Desserts</u>	Moelleux au citron
Flognarde aux pommes	Kiwi	Entremets vanille	Pomme du Verger
Poire	Purée pomme poire	Flan nappé caramel	Yaourt aromatisé
Ananas au sirop	Mousse au citron	Orange	Tartelette pommes
Chou à la crème	Floraline lait fleur d'oranger	Tapioca au lait café	Riz au lait
Purée de fruits	Chou à la crème	Tartelette pommes	Purée de fruits
Riz au lait rhum	Tartelette pommes	Purée de fruits	Chou à la crème
Tartelette pommes	<u>Suppléments</u>	Chou à la crème	<u>Suppléments</u>
<u>Suppléments</u>	Petit pain	<u>Suppléments</u>	Petit pain
Petit pain	Beurre 1/2 sel	Petit pain	Beurre 1/2 sel
Beurre 1/2 sel		Beurre 1/2 sel	