LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°15 : 06 AVRIL 2020 AU 12 AVRIL 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 20 mars

Salade arlequin : pdt, poivron, maïs
Potage parmentier : PDT, poireaux, crème
Salade exotique : riz, tomate, ananas, maïs
Blettes à la parisienne : blettes, jambon, béchamel
Sauce forestière : roux, champignons, oignon
Sauce Mornay : béchamel, jaune d'œuf, fromage
Gougère au fromage : pâte à choux, fromage
Sce Vallée d'Auge : crème, cidre, pomme, oignons
Sauce à la diable : roux, sauce moutarde, tomate
Mitonnée de légumes : haricots verts, carottes, courgettes
Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

LUNDI	*MARDI*	*MERCREDI*
Entrées	**Entrées**	**Entrées**
Chou rouge V	Pâté de foie	Carottes râpées ciboulette
Salade pâtes basilic	Concombre vinaigrette	Salade arlequin
Potage crécy	Potage de légumes	Velouté aux asperges
Pâté de campagne	Oeufs durs	Pâté de campagne
Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites
Plats complets	**Plats complets**	**Plats**
Couscous de poulet	Chili con carné et riz	Rôti porc au jus
		Quenelle veau sauce mornay
Plats	**Plats**	Oeufs brouillés fines herbes
Omelette	Colin meunière	Steak cru
Croque monsieur	Emincé dinde forestière	Steak haché veau jus
Escalope de dinde	Jambon blanc	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak cru	Escalope de dinde
Steak cru	Steak haché veau jus	
Steak haché veau jus		**Garnitures**
	Garnitures	Lentilles
Garnitures	Haricots beurre	Mitonnée de légumes
Epinards à la crème	Penne rigate (pâtes)	Fondue de poireaux
Salade verte	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes
Pomme de terre vapeur		Pomme de terre vapeur
Pâtes	**Laitages**	Purée pomme de terre
Haricots verts	Coulommiers	
	Gouda	**Laitages**
Laitages	Fromage blanc	Yaourt nature
Fondu président	Yaourt nature	Pavé 1/2 sel
Emmental	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Camembert		Fromage blanc
Fromage blanc	**Desserts**	Camembert
Yaourt nature	Bouillie froment café	
Yaourt aromatisé	Flan nappé caramel	**Desserts**
	Poire	Purée pomme vanille
Desserts	Semoule au lait cannelle	Crème dessert chocolat
Entremets praliné	Tartelette pommes	Orange
Orange	Purée de fruits	Riz au lait
Tapioca lait vanille	Chou à la crème	Tartelette pommes
Tartelette pommes		Chou à la crème
Purée de fruits	**Suppléments**	
Chou à la crème	Petit pain	**Suppléments**
	Beurre 1/2 sel	Petit pain
Suppléments		Beurre 1/2 sel
Petit pain		
Beurre 1/2 sel		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	**Entrées**	**Entrées**	**Entrées**
Betteraves échalotes	Macédoine légumes mayo	Mortadelle	Radis sauce fromage blanc ciboulette
Cervelas	Taboulé	Chou blanc sc curry	Salade exotique
Potage de légumes	Potage à l'oseille	Potage parmentier	Potage de légumes
Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne
Oeufs durs	Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		Betteraves cuites
Plats		**Plats**	
Emincé dinde sauce crème	**Plats complets**	Jambon braisé sauce diable	**Plats complets**
Rognons porc sauce madère	Parmentier de poisson	Sauté boeuf aux oignons	Cassolette poisson légumes
Gougère au fromage	Blettes à la parisienne	Cake au chèvre et miel	
Jambon blanc		Escalope de dinde	**Plats**
Steak cru	**Plats**	Jambon blanc	Rôti agneau aux herbes
Steak haché veau jus	Poulet sauce Vallée d'Auge	Steak cru	Pomme de terre farcie
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak cru
Garnitures	Steak cru		Steak haché veau jus
Carottes au cumin	Steak haché veau jus	**Garnitures**	Jambon blanc
Pomme de terre vapeur		Céléris braisés	Escalope de dinde
Courgettes persillées	**Garnitures**	Coquillettes	
Haricots verts	Poêlée légumes	Salade verte	**Garnitures**
Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Flageolets et carottes
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Salade verte
	Pâtes	Haricots verts	Purée pomme de terre
Laitages	Haricots verts		Pomme de terre vapeur
Fromage frais sel Guérande		**Laitages**	Pâtes
Yaourt aromatisé	**Laitages**	Edam	Haricots verts
Yaourt nature	Fraidou	Fondu président	
Fromage blanc	Camembert	Camembert	**Laitages**
Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc	Rondelé au poivre
	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Desserts	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Moelleux à la canelle			Fromage blanc
Kiwi	**Desserts**	**Desserts**	Camembert
Liégeois vanille	Poire	Semoule lait caramel	
Chou à la crème	Entremets pistache	Purée pommes	**Desserts**
Purée de fruits	Yaourt aux fruits	Flan chocolat	Pomme du Verger
Tapioca au lait café	Bouillie froment chocolat	Chou à la crème	Fromage blanc myrtille
Tartelette pommes	Chou à la crème	Tapioca lait fleur oranger	Floraline au lait
	Purée de fruits	Tartelette pommes	Chou à la crème
Suppléments	Tartelette pommes		Purée de fruits
Petit pain		**Suppléments**	
Beurre 1/2 sel	**Suppléments**	Petit pain	**Suppléments**
	Petit pain	Beurre 1/2 sel	Petit pain
	Beurre 1/2 sel		Beurre 1/2 sel