



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°28 : 06 JUILLET 2020 AU 12 JUILLET 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 19 juin**

*Pizza royale : tomate, jambon  
blanc, fromage*

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

*Salade italienne : pâte,  
tomate, poivron, olive*

*Taboulé libanais : boulgour,  
tomate, poivron, coriandre,  
cumin*

*Rougail de saucisse :  
saucisse, sc tomate*

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

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

*Basquaise: tomate, poivrons*

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Carottes râpées ciboulette	Macédoine légumes mayo	Pâté de foie
	Salade italienne	Taboulé libanais	Radis sc ciboulette
	Potage courgettes	Potage crécy	Potage de légumes
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo
	Oeufs durs mayo	Oeufs durs mayo	Betteraves cuites
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
	Cassolette poisson légumes	Hachis parmentier	Poulet rôti
			Filet lieu sc oseille
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Pizza royale
	Rougail de saucisse	Escalope porc au jus	Jambon blanc
	Emincé dinde crème poivrons	Cake provençal	Steak cru
	Jambon blanc	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
	Steak cru	Jambon blanc	
	Steak haché veau jus	Steak cru	<b>Garnitures</b>
		Steak haché veau jus	Ratatouille
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Pâtes tortis
	Riz pilaf	Poêlée légumes	Salade verte
	Blettes braisées	Salade verte	Purée pomme de terre
	Haricots verts	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
	Pâtes	Pommes de terre vapeur	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	
	Purée pomme de terre	Haricots verts	<b>Laitages</b>
			Bûchette mi-chèvre
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Cotentin
	Vache qui rit	Yaourt nature	Camembert
	Emmental	Camembert	Fromage blanc
	Camembert	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Yaourt nature		
	Yaourt aromatisé		<b>Desserts</b>
		<b>Desserts</b>	Far nature
	<b>Desserts</b>	Pêche	Flan nappé caramel
	Purée pomme abricot	Entremets vanille	Nectarine
	Pomme du Verger	Crème dessert caramel	Riz au lait vanillé
	Mousse chocolat au lait	Semoule au lait café	Tartelettes pommes
	Tapioca lait cannelle	Tartelettes pommes	Purée de fruits
	Tartelettes pommes	Purée de fruits	Chou à la crème
	Chou à la crème	Chou à la crème	
			<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	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Tomate vinaigrette	Betteraves à l'aïl	Cervelas V	Tomate mozzarella
Salade Pdt aneth	Crêpe au fromage	Chou-fleur V	Salade de lentilles
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage à la tomate	Potage courgette céleri
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne
Oeufs durs mayo	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo
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</b>
Poêlée légumes à la volaille	Tortellini boeuf basilic	Jambon braisé sauce diable	Sauté de boeuf sauce basquaise
		Courgette farçie	Duo poisson sc crème curcuma
		Tarte au fromage	Assiette de charcuterie
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Steak cru	Escalope de dinde
Paupiette veau	Colin meunière citron	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Oeufs brouillés	Emincé dinde provençale	Escalope de dinde	Steak cru
Escalope de dinde	Jambon blanc		Steak haché veau jus
Jambon blanc	Steak cru		
Steak cru	Steak haché veau jus		
Steak haché veau jus		<b>Garnitures</b>	
		Jardinière légumes	
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Riz créole	<b>Garnitures</b>
Haricots coco	Purée de carottes	Salade verte	Pâtes papillons
Epinards béchamel	Navets	Purée pomme de terre	Brunoise de légumes
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts vinaigrette
Pâtes	Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Haricots verts		
		<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	<b>Laitages</b>	Gouda	Rondelé aux noix
<b>Laitages</b>	Brie	Fondu président	Yaourt aromatisé
Fromage frais ail fines herbes	Pavé 1/2 sel	Camembert	Yaourt nature
Saint Paulin	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Camembert
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
Fromage blanc			
Camembert			
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	Riz au lait vanillé	Oeufs au lait	Tarte normande
Purée pomme vanille	Crème dessert chocolat	Pomme du Verger	Nectarine
Abricots	Pêche	Flan vanille	Fromage blanc à la framboise
Liégeois café	Tapioca au lait café	Floraline lait fleur d'oranger	Riz au lait caramel
Bouillie froment chocolat	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Purée de fruits
Chou à la crème	Purée de fruits	Purée de fruits	Chou à la crème
Tartelettes pommes	Chou à la crème	Tartelettes pommes	
			<b>Suppléments</b>
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Petit pain
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Beurre 1/2 sel
Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	