



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°29 : 13 JUILLET 2020 AU 19 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 26 juin

Salade riz niçoise : riz,
tomate, olive noire, basilic,
oignon

Bordelaise : vin rouge,
échalotes et oignons

Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs

Salade Marco polo : pâte,
poivron, surimi

Potage carmen : pomme de
terre, poivrons, tomate

Chou-fleur à la grecque :
Chou-fleur, tomate,
concombre

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

Sce aurore : crème, fumet
poisson, tomate, oignons

Sauce Mornay : béchamel,
jaune d'oeuf, fromage

Charcutière : moutarde,
tomate, cornichon

Gougère au fromage : pâte à
choux, fromage

Pêlé Mêle provençal :

brunoise aubergine,
courgette, tomate, poivron

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

Mitonnée de légumes :

haricots verts, carottes,
courgettes

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Carottes râpées coriandre	Pâté de campagne	Céleri rémoulade
	Salade riz niçoise	Haricots verts échalotes	Betteraves cuites
	Potage de légumes	Potage carmen	Potage crécy
	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne
	Oeufs durs mayo	1/2 Pomelos	Oeufs durs mayo
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		
	Plats complets	Plats complets	Plats complets
	Parmentier de canard	Filet hareng Pdt	Risotto de volaille
	Blettes au boeuf		
	Plats	Plats	Plats
	Beignets poisson citron	Jambonneau cornichon	Omelette
	Escalope de dinde	Boeuf aux olives	Rognons sc bordelaise
	Jambon blanc	Escalope de dinde	Escalope de dinde
	Steak cru	Steak cru	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak cru
			Steak haché veau jus
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Julienne de légumes fenouil	Courgettes à la tomate	Haricots beurre curcuma
	Haricots verts	Pâtes tortis	Pomme de terre rissolées
	Pâtes	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	
	Laitages	Laitages	Laitages
	Fraidou	Brie	Coulommiers
	Gouda	Fondou président	Cotentin
	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Camembert		
	Desserts	Desserts	Desserts
	Entremets café	Tarte flan	Bouillie froment café
	Pomme du Verger	Mousse au chocolat	Liégeois vanille
	Crème dessert vanille	Purée pommes	Pomme du Verger
	Semoule lait fleur oranger	Riz au lait chocolat	Semoule au lait
	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes
	Purée de fruits	Chou à la crème	Purée de fruits
	Chou à la crème		Chou à la crème
	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
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Mortadelle	Tomate ciboulette	Chou-fleur à la grecque	Tartare légumes fromage frais
Semoule fantaisie	Rillettes	Melon	Salade marco polo
Potage de légumes	Potage courgettes	Potage de céleri	Potage de légumes
Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Oeufs durs mayo	1/2 Pomelos	Oeufs durs mayo	Oeufs durs mayo
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Plats complets		
Plats complets	Salade du chef (froid)	Plats	Plats
Lasagnes bolognaise		Emincé dinde paprika	Sauté porc charcutière
	Plats	Oeufs durs béchamel	Merguez sauce tomate
Plats	Filet colin sc aurore	Quenelle veau sauce mornay	Gougère au fromage
Poulet sauce estragon	Tarte chèvre basilic	Steak cru	Escalope de dinde
Feuilleté poisson beurre blanc	Steak cru	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak cru
Steak cru	Jambon blanc		Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Garnitures	Garnitures
		Coquillettes	Purée de céleri
Garnitures	Garnitures	Mitonnée de légumes	Petits pois
Carottes et navets braisés	Poêlée légumes	Epinards	Courgettes braisées
Pêles Mêle provençal	Fondue de poireaux	Haricots verts	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pomme de terre vapeur		Purée pomme de terre
	Purée pomme de terre	Laitages	
Laitages	Laitages	Pavé 1/2 sel	Laitages
Yaourt nature	Fromage frais ail fines herbes	Saint Paulin	Edam
Mimolette	Bûchette mi-chèvre	Yaourt nature	Petit fromage aux noix
Yaourt aromatisé	Camembert	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Camembert	Yaourt nature	Camembert	Fromage blanc
	Yaourt aromatisé		Camembert
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Purée pomme griotte	Crème pâtissière amandes	Pêche	Clafoutis aux mûres
Flan chocolat	Nectarine	Semoule lait caramel	Prunes
Abricots	Yaourt aromatisé	Flan vanille	Liégeois chocolat
Riz au lait café	Tartelettes pommes	Bouillie froment cannelle	Floraline lait vanille
Tartelettes pommes	Tapioca lait vanille	Chou à la crème	Chou à la crème
Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel