



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°30 : 20 JUILLET 2020 AU 26 JUILLET 2020

CLIENT

Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré par la diététicienne

Pour toutes questions

02.51.05.38.20

A RETOURNER A VOTRE
LIVREUR AVANT LE

Vendredi 03 juillet

*Salade perles estivale :
perles, concombre, menthe
Sauce marengo : tomate,
carotte, champignons, oignon*

*Moussaka : gratin aubergines
grillées, tomate, boeuf*

*Escalope viennoise : filet
volaille pané*

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

Polenta : farine de maïs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade pdt échalotes	Concombre ciboulette	Betteraves cuites
	Tomate vinaigrette	Crêpe au fromage	Salade de perles estivale
	Potage courgettes	Potage au pistou	Potage de céleri
	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne	Pâté de campagne
	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Oeufs durs mayo
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
			Plats complets
	Plats	Plats	Moussaka de boeuf
	Sauté dinde marengo	Boulettes boeuf provençale	
	Andouillette	Filet de lieu sauce aneth	Plats
	Croque monsieur	Emincé dinde paprika	Saucisse de Toulouse
	Escalope de dinde	Jambon blanc	Cake aux légumes
	Jambon blanc	Steak cru	Escalope de dinde
	Steak cru	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	Steak haché veau jus		Steak cru
		Garnitures	Steak haché veau jus
	Garnitures	Riz pilaf	
	Poêlée légumes	Purée d'épinards	Garnitures
	Penne rigate (pâtes)	Salsifis persillés	Lentilles
	Salade verte	Purée pomme de terre	Salade haricots verts tomates froid
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes
			Haricots verts
	Laitages	Laitages	Laitages
	Cotentin	Camembert	Fromage frais sel Guérande
	Emmental	Fondu président	Yaourt aromatisé
	Camembert	Fromage blanc	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Camembert
	Yaourt aromatisé		
		Desserts	Desserts
	Desserts	Entremets praliné	Mousse chocolat au lait
	Purée pomme pêche	Pomme du Verger	Abricots
	Crème dessert chocolat	Flan vanille	Tapioca au lait
	Fromage blanc aux fruits rouges	Semoule au lait	Tartelettes pommes
	Bouillie froment café	Tartelettes pommes	Purée de fruits
	Chou à la crème	Purée de fruits	Chou à la crème
	Tartelettes pommes	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
Carottes râpées	Duo de saucisson	Tomate basilic	Melon
Macédoine légumes mayo	Salade riz tomate concombre	Haricots beurre vinaigrette	Salade de lentilles
Potage de légumes	Velouté carottes cumin	Potage de légumes	Potage à la tomate
Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo
Oeufs durs mayo	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats	Plats complets
Escalope viennoise	Parmentier de poisson	Rôti porc au jus	Poêlée légumes jambon
Estouffade de boeuf		Omelette	
Jambon blanc	Plats	Galette garnie volaille champignons	Plats
Steak cru	Tajine volaille orientale	Escalope de dinde	Poulet rôti
Steak haché veau jus	Pizza au fromage	Jambon blanc	Saumonette sauce basilic
Escalope de dinde	Escalope de dinde	Steak cru	Steak cru
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Steak cru		Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Garnitures	Carottes braisées	Pomme de terre rissolées
Ratatouille	Céléris braisés	Coquillettes à la tomate	Fenouil à la tomate
Polenta crémeuse	Salade verte	Salade verte	Haricots verts
Salade pâtes, courgettes, poivrons froid	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Pâtes	Pâtes	Haricots verts	
Pomme de terre vapeur	Haricots verts		Laitages
Purée pomme de terre		Laitages	Crème anglaise
	Laitages	Pavé 1/2 sel	Carré fromager
Laitages	Brie	Tomme noire	Fromage blanc
Gouda	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage frais ail fines herbes	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc	
Yaourt aromatisé		Camembert	Desserts
Fromage blanc	Desserts		Moelleux aux fruits rouges
Camembert	Nectarine	Desserts	Abricots
	Purée pomme vanille	Riz au lait cannelle	Yaourt aromatisé
Desserts	Entremet chocolat	Pêche	Floraline lait chocolat
Eclair au café	Semoule au lait café	Liégeois vanille	Chou à la crème
Flan nappé caramel	Tartelettes pommes	Tapioca au lait	Purée de fruits
Pêche	Chou à la crème	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes
Bouillie froment vanillée		Purée de fruits	
Chou à la crème	Suppléments	Chou à la crème	Suppléments
Purée de fruits	Petit pain		Petit pain
Tartelettes pommes	Beurre 1/2 sel	Suppléments	Beurre 1/2 sel
		Petit pain	
Suppléments		Beurre 1/2 sel	
Petit pain			
Beurre 1/2 sel			