



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°31 : 27 JUILLET 2020 AU 02 AOÛT 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 10 juillet

Salade exotique : riz, tomate,
ananas, maïs

Houmous de pois chiches :
purée de pois chiche

Salade pdt océane : pdt,
colin, crème, ciboulette,
échalotes

Potage carmen : pomme de
terre, poivrons, tomate

Céleri à la parisienne : Céleri,
béchamel, jambon

Sauce catalane : poivrons,
piment, ail, huile olive, oignon

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

Salade pastourelle : pâtes,
tomates, poivrons

Pêlé Mêle provençal :
brunoise aubergine,

courgette, tomate, poivron

Mitonnée de légumes :
haricots verts, carottes,
courgettes

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Haricots verts V	Tomate vinaigrette	Chou-fleur V
	Salade exotique	Houmous de pois chiches	Galantine volaille
	Potage de légumes	Velouté carottes cumin	Velouté aux asperges
	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne
	Oeufs durs mayo	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Plats complets	Plats	Plats complets
	Couscous boulettes agneau	Palette de porc	Courgettes aux boeuf
		Colin sauce catalane	
		Omelette	
	Plats	Escalope de dinde	Plats
	Sauté boeuf poivrons	Jambon blanc	Jambon blanc
	Cake au chèvre et miel	Steak cru	Caroline au fromage
	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
	Jambon blanc		Steak cru
	Steak cru		Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus		
		Garnitures	Garnitures
		Purée pomme de terre	Salade pastourelle
	Garnitures	Ratatouille	Epinards
	Carottes braisées	Poêlée légumes	Haricots verts
	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Pâtes		
	Haricots verts	Laitages	Laitages
		Camembert	Fromage frais sel Guérande
	Laitages	Fraidou	Fromage blanc
	Fondu président	Fromage blanc	Camembert
	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc		
	Camembert		
		Desserts	Desserts
	Desserts	Entremets praliné	Tapioca lait vanille
	Nectarine	Pomme du Verger	Pêche
	Purée pommes	Pêche au sirop	Crème dessert caramel
	Flan nappé caramel	Floraline lait vanille	Riz au lait chocolat
	Bouillie froment café	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes
	Chou à la crème	Purée de fruits	Purée de fruits
	Tartelettes pommes	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
Carottes râpées	Salade pdt océane	Melon	Pâté de campagne
Betteraves persillées	Concombre vinaigrette	Taboulé	Céleri rémoulade
Potage de légumes	Potage courgettes	Potage de légumes	Potage carmen
Oeufs durs mayo	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs mayo
Pâté de campagne	Oeufs durs mayo	Oeufs durs mayo	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats complets	Plats complets	Plats complets	Plats
Céleri à la parisienne	Poêlée haricots volaille	Tortellini boeuf basilic	Poitrine veau farcie
		Gratin poisson légumes	Sauté de porc vinaigre de cidre
Plats	Plats	Plats	Crêpe fruits de mer
Poulet sauce basquaise	Colin pané citron	Emincé dinde au jus	Escalope de dinde
Tortilla pomme de terre	Chipolatas grillées	Steak cru	Jambon blanc
Steak cru	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak cru
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Jambon blanc	Steak cru		
	Steak haché veau jus		
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Riz créole	Julienne de légumes fenouil	Navets au cidre	Mitonnée de légumes
Pêlé Mêle provençal	Haricots blanc tomate	Haricots verts	Riz aux poivrons
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes	Carottes à l'estragon
Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pâtes
Pâtes	Purée pomme de terre		Pomme de terre vapeur
			Purée pomme de terre
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Brie	Mimolette	Fromage frais ail fines herbes
Pavé 1/2 sel	Cotentin	Rondelé au poivre	Tomme blanche
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Camembert	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
		Camembert	Camembert
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Clafoutis aux pêches	Purée pomme framboises	Fromage blanc myrtille	Tarte pomme abricot
Prunes	Flan chocolat	Pomme du Verger	Mousse café
Liégeois café	Nectarine	Yaourt aromatisé	Entremets vanille
Semoule lait fleur oranger	Riz au lait cannelle	Bouillie froment chocolat	Tapioca lait vanille
Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Purée de fruits
Purée de fruits	Chou à la crème	Purée de fruits	Chou à la crème
Chou à la crème		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