



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°34 : 17 AOÛT 2020 AU 23 AOÛT 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 31 juillet

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

Potage carmen : pomme de
terre, poivrons, tomate
Semoule fantaisie : semoule,
tomate, maïs

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

Salade Marco polo : pâte,
poivron, surimi

Bordelaise : vin rouge,
échalotes et oignons

Sauce Tandoori : fromage
blanc, jus citron, épices,
paprika

Sce aurore : crème, fumet
poisson, tomate, oignons

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

Sauce Mornay : béchamel,
jaune d'œuf, fromage

Charcutière : moutarde,
tomate, cornichon

Gougère au fromage : pâte à
choux, fromage

Pêlé Mêle provençal :
brunoise aubergine,
courgette, tomate, poivron

Mitonnée de légumes :
haricots verts, carottes,
courgettes

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	Tomate ciboulette
	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
	Blettes au boeuf	Filet hareng Pdt	Risotto de volaille
	Plats	Plats	Plats
	Poulet sauce estragon	Jambonneau cornichon	Omelette
	Colin pané citron	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
	Purée pomme de terre	Courgettes à la tomate	Haricots beurre curcuma
	Julienne de légumes fenouil	Pâtes tortis	Pomme de terre rissolées
	Haricots verts	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	
	Laitages	Laitages	Laitages
	Fraidou	Brie	Coulommiers
	Saint Paulin	Fondu 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 caramel	Tarte flan	Bouillie froment café
	Pomme du Verger	Mousse chocolat au lait	Liégeois vanille
	Crème dessert vanille	Purée pommes	Pêche
	Chou à la crème	Riz au lait chocolat	Tartelettes pommes
	Purée de fruits	Tartelettes pommes	Purée de fruits
	Semoule lait fleur oranger	Chou à la crème	Semoule au lait
	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
Mortadelle	Céleri rémoulade	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 complets	Plats
Lasagnes bolognaise		Coquillettes carbonara volaille	Rôti porc sauce charcutière
	Plats		Merguez sauce tomate
Plats	Filet colin sc aurore	Plats	Gougère au fromage
Emincé dinde tandoori	Croque monsieur	Tortilla pomme de terre	Jambon blanc
Feuilleté poisson beurre blanc	Escalope de dinde	Quenelle veau sauce mornay	Escalope de dinde
Jambon blanc	Jambon blanc	Steak cru	Steak cru
Steak cru	Steak cru	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	
		Jambon blanc	Garnitures
Garnitures	Garnitures		Purée de céleri
Carottes et navets braisés	Poêlée légumes	Garnitures	Petits pois
Pêlé Mêle provençal	Salade verte	Mitonnée de légumes	Fondue de poireaux
Haricots verts	Haricots verts	Epinards	Haricots verts
Pâtes	Pâtes	Haricots verts	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
		Purée pomme de terre	
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Fromage frais ail fines herbes	Pavé 1/2 sel	Edam
Mimolette	Bûchette mi-chèvre	Tomme blanche	Petit fromage aux noix
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage blanc	Camembert	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Camembert	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	Camembert	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
Chou à la crème	Tapioca lait vanille	Bouillie froment cannelle	Floraline lait vanille
Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Chou à la crème
Riz au lait café	Purée de fruits	Purée de fruits	Purée de fruits
	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