



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°40 : 28 SEPTEMBRE 2020 AU 04 OCTOBRE 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 11 septembre**

*Salade arlequin : pdt, poivron,  
maïs*

*Salade perles italienne :  
perles, tomate, olive, basilic*

*Sauce marengo : tomate,  
carotte, champignons, oignon*

*Sauce bercy : crème,  
oignons, persil*

*Coquillettes à la parisienne :  
coquillettes, dés de jambon,  
béchamel*

*Escalope viennoise : filet  
volaille pané*

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Taboulé	Concombre ciboulette	Betteraves cuites
	Tomate vinaigrette	Crêpe au fromage	Salade arlequin
	Potage au pistou	Potage de légumes	Potage de céleri
	1/2 Pomelos	Pâté de campagne	Pâté de campagne
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Pâté de campagne	Betteraves cuites	
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
	Sauté dinde marengo	Boulettes de boeuf sauce curry	Courgettes aux boeuf
	Andouillette	Filet colin sauce bercy	<b>Plats</b>
	Clafoutis épinards chèvre	Sauté volaille paprika	Saucisse de Toulouse
	Jambon blanc	Jambon blanc	Cake aux légumes
	Steak cru	Steak cru	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Steak cru
	Poêlée légumes	Penne rigate (pâtes)	Steak haché veau jus
	Purée pomme de terre	Brunoise de légumes	<b>Garnitures</b>
	Salade verte	Salsifis persillés	Haricots blanc tomate
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Duo haricots persil
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Purée pomme de terre
	Cotentin	Camembert	<b>Laitages</b>
	Emmental	Fondu président	Fromage frais sel Guérande
	Camembert	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
	Yaourt aromatisé		Camembert
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Purée pomme cassis	Entremets praliné	Kiwi
	Crème dessert chocolat	Pomme du Verger	Tapioca au lait
	Fromage blanc aux fruits rouges	Flan vanille	Tartelette pommes
	Bouillie froment café	Chou à la crème	Purée de fruits
	Chou à la crème	Purée de fruits	Chou à la crème
	Tartelette pommes	Riz au lait	
		Tartelette pommes	<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>
Carottes râpées	Saucisson ail	Tomate estragon	Tartare légumes fromage frais ciboulette
Macédoine légumes mayo	Salade perles italienne	Haricots beurre échalote	Salade de lentilles sse
Potage de légumes	Potage carottes cumin	Potage de légumes	Potage à la tomate
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Coquillettes à la parisienne	Filet colin sauce tomate	Echine de porc	Poêlée légumes jambon
<b>Plats</b>	Tajine volaille orientale	Omelette	<b>Plats</b>
Escalope viennoise	Pizza au fromage	Galette garnie volaille champignons	Poulet rôti (cuisse)
Estouffade de boeuf	Steak cru	Escalope de dinde	Saumonette sauce basilic
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak cru
Steak cru	Jambon blanc	Steak cru	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Jambon blanc
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Ratatouille	Riz créole	Carottes au beurre	Pomme de terre rissolées
Polenta crémeuse	Céléris braisés	Pâtes papillons	Carottes et Fenouil sse
Pomme de terre vapeur	Salade verte	Salade verte	Haricots verts
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Haricots verts	Pâtes	Haricots verts	<b>Laitages</b>
<b>Laitages</b>	Haricots verts	<b>Laitages</b>	Crème anglaise
Gouda	<b>Laitages</b>	Pavé 1/2 sel	Carré fromager
Fromage frais ail fines herbes	Yaourt nature	Tomme noire	Fromage blanc
Fromage blanc	Brie	Yaourt nature	Yaourt nature
Camembert	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc	<b>Desserts</b>
Yaourt aromatisé	<b>Desserts</b>	Camembert	Moelleux aux fruits rouges
<b>Desserts</b>	Kiwi	<b>Desserts</b>	Pomme du Verger
Eclair au café	Purée pomme vanille	Semoule au lait cannelle	Yaourt aromatisé
Flan nappé caramel	Entremet chocolat	Poire	Tartelette pommes
Poire	Chou à la crème	Liégeois vanille	Purée de fruits
Bouillie froment vanillée	Semoule au lait café	Chou à la crème	Floraline lait chocolat
Chou à la crème	Tartelette pommes	Purée de fruits	Chou à la crème
Purée de fruits	<b>Suppléments</b>	Tapioca au lait	<b>Suppléments</b>
Tartelette pommes	Petit pain	Tartelette pommes	Petit pain
<b>Suppléments</b>	Beurre 1/2 sel	<b>Suppléments</b>	Beurre 1/2 sel
Petit pain		Petit pain	
Beurre 1/2 sel		Beurre 1/2 sel	