LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°41 : 05 OCTOBRE 2020 AU 11 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 18 septembre

Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron
Salade camarguaise :riz,tomate,poivron,olive,cornichon
Potage paysanne : pdt, carotte, navet, poireau, chou vert
Salade coleslaw : émincé chou blanc carotte mayo
Blettes à la parisienne : blettes, jambon, béchamel
Sauce marchand de vin : vin rouge, champignons
Sauce bretonne : fumet poisson, oignons, céleri, poireaux, champignons
Sce grand-mère : crème, lardons, champignons, oignons
Bordelaise : vin rouge, échalotes et oignons
Sce aurore : crème, tomate, oignons
Charcutière : moutarde, tomate, cornichon
Pêle Mêle provençal : brunoise aubergine, courgette, tomate, poivron
Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	**Entrées**	**Entrées**
Macédoine légumes mayo	Betteraves échalotes	Tomate ciboulette
Salade pastourelle	Céleri rémoulade	Chou fleur persil
Potage de légumes	Potage carottes cumin	Potage de légumes
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites
Plats complets	**Plats complets**	**Plats**
Hachis parmentier	Risotto fermier	Omelette
		Blanquette volaille
Plats	**Plats**	Quenelles brochet béchamel
Colin sauce sauge	Filet de poulet sauce marchand de vin	Steak cru
Crêpe au jambon fromage	Boulettes agneau au jus	Steak haché veau jus
Escalope de dinde	Escalope de dinde	Jambon blanc
Jambon blanc	Jambon blanc	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	**Garnitures**
		Petits pois fermiers
Garnitures	**Garnitures**	Pâtes papillons
Pêle Mêle provençal	Haricots verts oignons	Julienne de légumes fenouil
Epinards braisés	Flageolets à la tomate	Haricots verts
Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	
Purée pomme de terre		**Laitages**
	Laitages	Tomme blanche
Laitages	Fondu président	Cotentin
Yaourt aromatisé	Emmental	Camembert
Pavé 1/2 sel	Camembert	Fromage blanc
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Camembert	Yaourt aromatisé	
		Desserts
Desserts	**Desserts**	Gaufre au chocolat
Poire	Bouillie froment fleur oranger	Orange
Entremets café	Flan nappé caramel	Crème pâtissière amandes
Liégeois chocolat	Pomme du Verger	Tapioca au lait café
Riz au lait cannelle	Floraline lait vanille	Tartelette pommes
Tartelette pommes	Chou à la crème	Purée de fruits
Purée de fruits	Purée de fruits	Chou à la crème
Chou à la crème	Tartelette pommes	
		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**
Pâté de campagne	Chou blanc vinaigrette	Salade pomme de terre moutarde à l'ancienne	Salade coleslaw
Carottes râpées	Salade camarguaise	Concombre vinaigrette	Salade de perles aux petits légumes
Potage poireaux	Potage courgette céleri	Potage paysanne	Potage de légumes
Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	**Plats complets**	**Plats**	**Plats**
Jambon braisé sc madère	Blettes à la parisienne	Emincé dinde sc gd-mère	Sauté porc charcutière
Goulash de boeuf		Rognons de boeuf sauce bordelaise	Paupiette saumon sauce citron
Cake bleu dés poire	**Plats**	Oeufs durs béchamel	Emincé dinde sauce aurore
Escalope de dinde	Cordon bleu volaille	Jambon blanc	Jambon blanc
Jambon blanc	Escalope de dinde	Steak cru	Steak cru
Steak cru	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Steak cru		
	Steak haché veau jus	**Garnitures**	**Garnitures**
Garnitures		Navets persillés	Lentilles
Poêlée légumes	**Garnitures**	Riz créole	Fondue de poireaux
Semoule	Pâtes tortis	Jardinière légumes	Salsifis persillés
Courgettes persillées	Purée de potiron	Haricots verts	Purée pomme de terre
Haricots verts	Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Haricots verts
Purée pomme de terre			
	Laitages	**Laitages**	**Laitages**
Laitages	Gouda	Fraidou	Petit fromage aux noix
Fromage frais ail fines herbes	Fromage blanc	Bleu	Yaourt nature
Coulommiers	Yaourt nature	Camembert	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Camembert	Yaourt aromatisé	Camembert
Yaourt aromatisé		Yaourt nature	
	Desserts		**Desserts**
Desserts	Flan vanille	**Desserts**	Clafoutis aux mûres ssu
Mousse au chocolat	Pruneaux au vin	Purée pommes	Pomme du Verger
Purée pomme figues	Poire	Crème dessert chocolat	Yaourt aromatisé
Kiwi	Tapioca au lait	Mousse café	Bouillie froment chocolat
Riz au lait	Tartelette pommes	Semoule au lait	Chou à la crème
Tartelette pommes	Purée de fruits	Tartelette pommes	Purée de fruits
Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème	Tartelette 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