



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°45 : 02 NOVEMBRE 2020 AU 08 NOVEMBRE 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 16 octobre

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo
Charcutière : moutarde,
tomate, cornichon
Sauce normande : crème,
champignons, oignons
Sauce forestière : roux,
champignons, oignon
Polenta : farine de maïs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Chou-fleur V	Salade de lentilles sse	Pâté de foie
	Galantine volaille	Salade coleslaw	Macédoine légumes mayo
	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage crécy
	1/2 Pomelos	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Pâté de campagne	Betteraves cuites	
	Plats complets	Plats	Plats
	Tortellini boeuf crème champignons	Sauté dinde à la crème	Rôti de porc sauce chasseur
		Andouillette	Boeuf mode
	Plats	Feuilleté poisson beurre blanc	Tarte au fromage
	Colin sauce crevette	Jambon blanc	Steak cru
	Oeufs brouillés	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Escalope de dinde		Jambon blanc
	Jambon blanc	Garnitures	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Haricots beurre ail persil	
		Purée pomme de terre	Garnitures
	Garnitures	Epinards à la crème	Navets persillés
	Jardinière légumes	Pâtes	Coquillettes
	Endives béchamel	Pomme de terre vapeur	Salade verte
	Haricots verts		Purée pomme de terre
	Pâtes	Laitages	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Yaourt nature	Pâtes
	Purée pomme de terre	Camembert	Haricots verts
		Fromage blanc	
	Laitages	Yaourt aromatisé	Laitages
	Edam		Fromage frais ail fines herbes
	Vache qui rit	Desserts	Gouda
	Yaourt nature	Purée pomme myrtille	Yaourt nature
	Yaourt aromatisé	Flan chocolat	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Orange	Fromage blanc
	Camembert	Tartelette pommes	Camembert
		Chou à la crème	
	Desserts	Bouillie froment fleur oranger	Desserts
	Kiwi		Semoule lait rhum
	Riz au lait	Suppléments	Pomme du Verger
	Crème dessert vanille	Petit pain	Liégeois café
	Chou à la crème	Beurre 1/2 sel	Chou à la crème
	Purée de fruits	1/2 baguette	Purée de fruits
	Tartelette pommes	Baguette	Tapioca lait vanille
	Semoule au lait café	Baguette tradition	Tartelette pommes
		Baguette campagne tranché	
	Suppléments	Pain céréales tranché	Suppléments
	Petit pain	Pain complet tranché	Petit pain
	Beurre 1/2 sel	Pain de maïs tranché	Beurre 1/2 sel
	1/2 baguette	Pain épeautre tranché	1/2 baguette
	Baguette	Jambon barquette sans sel	Baguette
	Baguette tradition		Baguette tradition
	Pain campagne tranché		Pain campagne tranché
	Pain céréales tranché		Pain céréales tranché
	Pain complet tranché		Pain complet tranché
	Pain de maïs tranché		Pain de maïs tranché
	Pain épeautre tranché		Pain épeautre tranché
	Jambon barquette sans sel		Jambon barquette sans sel

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Céleri rémoulade	Salade de perles aux petits légumes	Carottes râpées citron	Betteraves aux pommes
Betteraves cuites	Chou rouge V	Salade pâtes basilic	Rillettes
Potage de légumes	Velouté potiron	Potage de légumes	Potage céleri carottes
Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs	1/2 Pomelos
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Plats complets
Plats			Poêlée de légumes aux lardons
Poulet rôti (cuisse)	Plats	Plats complets	
Paupiette veau	Beignets poisson	Choucroute	Plats
Jambon blanc	Escalope porc charcutière	Blettes au boeuf	Cuisse canette forestière
Steak cru	Quenelles volaille sauce normande		Merlu sc oseille
Steak haché veau jus	Steak cru	Plats	Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Omelette	Jambon blanc
Garnitures	Jambon blanc	Steak cru	Steak cru
Carottes, chou-fleur, curcuma	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Haricots blancs		Jambon blanc	Jambon blanc
Pomme de terre vapeur	Garnitures	Escalope de dinde	Escalope de dinde
Purée pomme de terre	Poireaux béchamel		
Haricots verts	Polenta crémeuse	Garnitures	Garnitures
Pâtes	Riz pilaf	Julienne de légumes	Petits pois fermiers
	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Riz créole
Laitages	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Cotentin	Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Yaourt aromatisé	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes
Yaourt nature			Haricots verts
Fromage blanc	Laitages	Laitages	
Camembert	Brie	Fraidou	Laitages
	Fondou président	Saint Paulin	Fromage frais sel Guérande
Desserts	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Clafoutis aux pommes	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Poire	Fromage blanc	Fromage blanc	Camembert
Mousse au chocolat		Camembert	Fromage blanc
Tartelette pommes	Desserts		
Riz au lait caramel	Flan vanille	Desserts	Desserts
Purée de fruits	Entremets pistache	Purée pomme cannelle	Eclair au café
Chou à la crème	Pomme du Verger	Crème dessert chocolat	Kiwi
	Tartelette pommes	Poire	Flan nappé caramel
Suppléments	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Chou à la crème
Petit pain	Purée de fruits	Floraline lait vanille	Purée de fruits
Beurre 1/2 sel	Chou à la crème	Chou à la crème	Tapioca lait chocolat
1/2 baguette	Bouillie froment café		Tartelette pommes
Baguette		Suppléments	
Baguette tradition	Suppléments	Petit pain	Suppléments
Pain campagne tranché	Petit pain	Beurre 1/2 sel	Petit pain
Pain céréales tranché	Beurre 1/2 sel	1/2 baguette	Beurre 1/2 sel
Pain complet tranché	1/2 baguette	Baguette	Baguette
Pain de maïs tranché	Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
Pain épeautre tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Jambon barquette sans sel	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché
	Pain épeautre tranché	Jambon barquette sans sel	Pain épeautre tranché
	Jambon barquette sans sel		Jambon barquette sans sel