



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°38 : 20 SEPTEMBRE 2021 AU 26 SEPTEMBRE 2021

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 03 septembre

Salade coleslaw : émincé

chou blanc carotte mayo

Potage carmen : pomme de

terre, poivrons, tomate

Sauce bery : roux crème,

oignons, persil

Sauce chasseur : carotte,

oignons, champignons

Pêlé Mêle provençal :

brunoise aubergine,

courgette, tomate, poivron

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Haricots verts vinaigrette sse	Tomate vinaigrette sse	Carottes râpées ciboulette sse
	Potage de légumes sse	Potage carottes cumin sse	Potage de légumes sse
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
	Filet de lieu sauce bery sse	Emincé dinde jus sse	Courgettes au boeuf sse
	Steak haché veau jus sse	Clafoutis aux légumes sse	
	Escalope de volaille	Jambon blanc	<b>Plats</b>
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Filet colin sauce citron sse
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Escalope de volaille
	Semoule légumes couscous sse	Lentilles sse	Jambon blanc
	Céleri braisé sse	Blettes persillées	Steak haché veau jus
	Salade verte	Salade verte	<b>Garnitures</b>
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes penne rigate sse
	Pâtes	Pâtes	Epinards
	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur
	Yaourt aromatisé	Fromage frais nature	<b>Laitages</b>
	Yaourt nature	Yaourt nature	Cotentin
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
		Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Fromage blanc
	Pomme du Verger	Flan nappé caramel	<b>Desserts</b>
	Crème pâtissière rhum	Poire	Tapioca au lait café
	Mousse chocolat au lait	Purée pomme menthe	Prunes
	Tartelettes pommes	Floraline lait vanille	Liégeois vanille
	Riz au lait	Chou à la crème	Bouillie de froment
	Purée de fruits	Tartelettes pommes	Chou à la crème
	Chou à la crème	<b>Suppléments</b>	Purée de fruits
	<b>Suppléments</b>	Petit pain	Tartelettes pommes
	Petit pain	Petit sucre poudre	<b>Suppléments</b>
	Petit sucre poudre	1/2 baguette	Petit pain
	1/2 baguette	Baguette	Petit sucre poudre
	Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette
	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché
	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché
	Pain épeautre tranché		Pain de maïs tranché
			Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Concombre vinaigrette sse	Salade pomme de terre, ciboulette sse	Céleri vinaigrette sse	Betteraves à l'ail sse
Velouté d'asperges sse	Potage de légumes sse	Potage courgettes sse	Potage carmen sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Taboulé	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	
Blé aux petits légumes sse		Betteraves cuites	
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Poulet sauce chasseur sse	Colin sauce aurore sse	Gratin poisson légumes sse	Langue de boeuf au jus sse
Oeufs brouillés herbes sse	Escalope de porc au cidre sse		Escalope poulet jus sse
Jambon blanc	Steak haché veau jus		Jambon blanc
	Jambon blanc		Steak haché veau jus
	Escalope de volaille		
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Plats</b>	<b>Garnitures</b>
Navets braisés sse	Pêlé môle provençal sse	Colombo de volaille sse	Mitonnée de légumes sse
Pomme de terre vapeur sse	Purée pois cassés sse	Steak haché veau jus	Riz aux poivrons sse
Riz créole	Haricots verts	Jambon blanc	Salade verte
Pâtes	Pâtes		Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Pomme de terre vapeur		Pâtes
			Haricots verts
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Laitages</b>
Fraidou	Emmental	Coquillettes sse	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt nature	Carottes persillées	Yaourt nature
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Haricots verts	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage blanc	Pomme de terre vapeur	
			<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Laitages</b>	Fondant pomme chocolat
Gâteau basque	Oeufs au lait	Yaourt nature	Poire
Mousse au citron	Liégeois café	Yaourt aromatisé	Entremets praliné
Kiwi	Pomme du Verger	Fromage blanc	Chou à la crème
Semoule lait fleur orange	Floraline lait chocolat	Crème dessert chocolat	Purée de fruits
Tartelettes pommes	Chou à la crème	Fromage blanc aux fruits rouges	Tapioca lait vanille
Purée de fruits	Purée de fruits	Bouillie froment cannelle	Tartelettes pommes
Chou à la crème	Tartelettes pommes	Chou à la crème	
		Tartelettes pommes	
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Desserts</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Purée pomme vanille	Petit pain
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Crème dessert chocolat	Petit sucre poudre
1/2 baguette	1/2 baguette	Fromage blanc aux fruits rouges	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Bouillie froment cannelle	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Chou à la crème	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Tartelettes pommes	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Baguette tradition		Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain campagne tranché		Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché		Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché	Pain complet tranché		Pain épeautre tranché
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		