



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°52 : 21 DÉCEMBRE 2020 AU 27 DÉCEMBRE 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 04 décembre**

Salade Esaü : lentilles,  
tomate, oignons, œuf dur  
Salade pdt océane : pdt,  
colin, crème, ciboulette,  
échalotes

Crème soubise : Crème,  
oignons

Salade exotique : riz, tomate,  
ananas, maïs

Sce aurore : crème, fumet  
poisson, tomate, oignons

Sauce marchand de vin : vin  
rouge, champignons

Strogonoff : tomate, crème,  
champignons, paprika

Noilly-Prat : apéritif à base de  
vin blanc et d'un mélange  
secret de plantes  
aromatiques

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

Légumes du pot : p.de terre,  
chou, navet, carotte, poireau

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Chou-fleur V	Saucisson ail	Betteraves ciboulette
	Salade Esaü	Carottes et céleris râpés mayonnaise	Salade pomme de terre océane
	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage crécy
	Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Pâté de campagne
	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	Pâté de campagne	
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Coquillettes bolognaise	Filet de poulet sauce marchand de vin	Palette de porc
	<b>Plats</b>	Boeuf Strogonoff	Oeufs brouillés champignons
	Quenelle brochet sauce aurore	Pizza au fromage	Cake au poireau
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
	Escalope de dinde	Jambon blanc	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak cru
			Steak haché veau jus
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Poêlée légumes	Navets persillés	Haricots coco
	Petits pois fermiers	Purée pomme de terre	Endives braisées
	Pâtes	Salade verte	Salade verte
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Haricots verts	Pâtes
			Haricots verts
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Emmental	Yaourt nature	Pavé 1/2 sel
	Rondelé au poivre	Cotentin	Tomme noire
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
	Yaourt aromatisé	Camembert	Yaourt aromatisé
	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
	Camembert		Camembert
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Poire	Purée pomme myrtille	Entremets café
	Fromage blanc miel	Flan nappé caramel	Orange
	Semoule au lait cannelle	Crème dessert vanille	Liégeois chocolat
	Tartelette pommes	Chou à la crème	Chou à la crème
	Purée de fruits	Floraline lait fleur d'oranger	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
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette
	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché
			Pain épeautre tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade de perles aux petits légumes	Ballotine de volaille fine campagne	Salade exotique	Pâté de lapin
Chou rouge V	Terrine de saint jacques sauce aneth	Carottes cuites au cumin	Haricots verts échalotes
Crème soubise	Velouté potiron	Potage de céleri	Potage de légumes
Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Oeufs durs	Oeufs durs	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
Pâté de campagne	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Colin meunière	Filet mignon de porc sauce crème aux baies roses	Parmentier pois cassés boeuf	Duo poisson sc crème curcuma
Blanquette volaille	Filet de limande aux crevettes		Gigot d'agneau aux herbes
Boudin blanc sauce au cidre et échalotes	Feuilleté du pêcheur	<b>Plats</b>	Galette garnie volaille champignons
Jambon blanc	Escalope de dinde	Saucisse de Toulouse	Steak cru
Steak cru	Jambon blanc	Omelette	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Steak cru	Steak cru	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de dinde
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Carottes persillées	Duo de haricots aux marrons	Légumes du pot	Julienne de légumes
Riz créole	Pommes duchesse	Epinards à la crème	Pâtes tortis
Purée de patate douce	Céleris braisés	Haricots verts	Salade verte
Purée pomme de terre	Haricots verts	Pâtes	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Haricots verts
Haricots verts			
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fromage frais ail fines herbes	Cantal	Fondu président	Crème anglaise
Yaourt aromatisé	Fourme d'Ambert	Mimolette	Edam
Yaourt nature	Camembert	Yaourt nature	Camembert
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Camembert	Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature
	Yaourt aromatisé	Camembert	Yaourt aromatisé
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Clémentines	Bûche de Noël chocolat	Flan chocolat	Gâteau de Savoie
Flan vanille	Pomme du Verger	Kiwi	Orange
Crème caramel beurre salé	Purée de fruits	Tapioca au lait	Yaourt aromatisé
Purée de fruits	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Semoule au lait café	Chou à la crème	Purée de fruits	Purée de fruits
Tartelette pommes	Bouillie froment chocolat	Chou à la crème	Riz au lait
Chou à la crème			Chou à la crème
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Douzaine coquilles escargots
Pain de maïs tranché	Douzaine coquilles escargots	Douzaine coquilles escargots	Douzaine mini-bouchées escargots
	Douzaine mini-bouchées escargots	Douzaine mini-bouchées escargots	