



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°3 : 18 JANVIER 2021 AU 24 JANVIER 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 01 janvier

Salade strasbourgeoise :
PDT, saucisse Strasbourg
Salade auvergnate : chou
blanc, emmental, oignons,
persil

Potage Dubarry : crème de
chou-fleur, PDT
Bœuf façon Baeckoffe: P. de
terre en lamelles, oignons,
bœuf égrené

Sauce madère : base de
braisage, roux, madère
Sauce forestière : roux,
champignons, oignon
Sce Vallée d'Auge : crème,
cidre, pomme, oignons
Sauce bretonne : fumet
poisson, oignons, céleri,
poireaux, champignons

Rougail de saucisse :
saucisse, sc tomate
Sce aurore : crème, tomate,
oignons

Polenta : farine de maïs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Betteraves ciboulette	Macédoine légumes mayo	Chou rouge aux raisins
	Taboulé	Pâté forestier	Salade strasbourgeoise
	Velouté champignons	Potage de légumes	Crème potiron muscade
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Pâté de campagne
	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
			Betteraves cuites
	Plats complets	Plats	Plats complets
	Coquillettes carbonara	Omelette	Poêlée de légumes aux lardons
	Carottes aux gésiers volaille	Jambon braisé sauce chasseur	
		Crêpe fruits de mer	
	Plats	Escalope de dinde	Plats
	Estouffade de boeuf	Jambon blanc	Boulettes boeuf sauce forestière
	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Beignets poisson
	Jambon blanc		Escalope de dinde
	Steak haché veau jus	Garnitures	Jambon blanc
		Duo haricots verts et beurre	Steak haché veau jus
	Garnitures	Purée pois cassés	
	Navets persillés	Salade verte	Garnitures
	Pâtes	Purée pomme de terre	Riz créole
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Endives béchamel
	Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur		Pâtes
		Laitages	Pomme de terre vapeur
	Laitages	Pavé 1/2 sel	Purée pomme de terre
	Saint Paulin	Coulommiers	
	Fondou président	Fromage blanc	Laitages
	Camembert	Yaourt nature	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Gouda
	Yaourt nature		Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	Desserts	Camembert
		Crème pâtissière rhum	Yaourt aromatisé
	Desserts	Pomme du Verger	
	Clémentines	Semoule lait rhum	Desserts
	Flan vanille	Tartelette pommes	Purée pomme orange
	Riz au lait caramel	Purée de fruits	Liégeois vanille
	Tartelette pommes	Chou à la crème	Fromage blanc miel
	Purée de fruits		Bouillie froment café
	Chou à la crème	Suppléments	Chou à la crème
		Petit pain	Tartelette pommes
	Suppléments	1/2 baguette	
	Petit pain	Baguette	Suppléments
	1/2 baguette	Baguette tradition	Petit pain
	Baguette	Pain campagne tranché	1/2 baguette
	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Baguette
	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Baguette tradition
	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché		Pain céréales tranché
	Pain épeautre tranché		Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Carottes râpées	Cervelas	Chou fleur persil	Andouille
Haricots verts V	Salade auvergnate	Salade pâtes basilic	Betteraves à l'orange
Potage de légumes	Potage dubarry	Potage de légumes	Velouté de lentilles corail
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs
Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats complets
Raviolis boeuf sauce tomate	Risotto fermier	Boudin noir	Boeuf Baeckoffe
Plats	Plats	Emincé dinde sauce aurore	Plats
Poulet sauce Vallée d'Auge	Lieu sauce bretonne	Oeufs brouillés champignons	Sauté porc sauce moutarde
Haché veau sauce poivre vert	Rougail de saucisse	Steak haché veau jus	Tarte au fromage
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Jambon blanc	Jambon blanc		Jambon blanc
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Garnitures	Escalope de dinde
Garnitures	Garnitures	Purée pomme de terre	Garnitures
Céléris braisés	Epinards à la crème	Petits pois	Carottes persillées
Lentilles	Polenta crémeuse	Julienne de légumes	Salade verte
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Purée pomme de terre
Pâtes	Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Purée pomme de terre	Haricots verts	Laitages	Haricots verts
Laitages	Laitages	Emmental	Laitages
Cotentin	Fromage frais ail fines herbes	Fraidou	Crème anglaise
Yaourt aromatisé	Carré fromager	Yaourt nature	Pont l'Evêque
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Camembert	Yaourt aromatisé	Desserts	Fromage blanc
Desserts	Desserts	Crème dessert vanille	Camembert
Tarte normande	Entremets caramel	Mousse au citron	Desserts
Orange	Flan chocolat	Kiwi	Moelleux au chocolat
Purée pomme myrtille	Poire	Floraline lait fleur d'oranger	Pomme du Verger
Riz au lait vanillé	Tapioca lait chocolat	Chou à la crème	Liégeois café
Chou à la crème	Tartelette pommes	Purée de fruits	Riz au lait
Suppléments	Purée de fruits	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Petit pain	Chou à la crème	Suppléments	Purée de fruits
1/2 baguette	Suppléments	Petit pain	Chou à la crème
Baguette	Petit pain	1/2 baguette	Suppléments
Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette	Petit pain
Pain campagne tranché	Baguette	Baguette tradition	1/2 baguette
Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette
Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Pain de maïs tranché	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
		Douzaine coquilles escargots	Pain de maïs tranché
		Douzaine mini-bouchées escargots	Pain épeautre tranché
			Douzaine coquilles escargots
			Douzaine mini-bouchées escargots