



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°39 : 27 SEPTEMBRE 2021 AU 03 OCTOBRE 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 10 septembre**

Menu A jeudi 30 septembre :  
destination Paysages de  
France, à la table de nos  
régions.

Salade bicolore : carottes,  
radis râpés

Salade bavaroise : pomme de  
terre, tomate, emmental,  
jambon, persil

Salade camarguaise : riz,  
tomate, poivron, olive,  
cornichon

Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec

Potage carmen : pomme de  
terre, poivrons, tomate

Sauce barbecue : Ketchup,  
moutarde, miel

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Pomme de terre vinaigrette	Salade de riz mimolette	Surimi
	Potage courgettes	Potage de légumes	Potage crécly
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Parmentier poisson carottes	Jambon braisé	Omelette
		Cake aux légumes	Steak haché veau jus
	<b>Plats</b>	Escalope de volaille	Jambon blanc
	Emincé dinde oignons	Jambon blanc	Escalope de volaille
	Escalope de volaille	Steak haché veau jus	
	Jambon blanc	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Steak haché veau jus	Haricots verts	Courgettes
		Blettes	Pomme de terre vapeur
	<b>Garnitures</b>	Riz pilaf	Purée pomme de terre
	Epinards	Purée pomme de terre	Pâtes
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
	Pâtes	Pâtes	
	Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Purée pomme de terre	Pavé 1/2 sel	Yaourt nature
		Yaourt nature	Fromage frais sel Guérande
	<b>Laitages</b>	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Edam	Fromage blanc	Fromage blanc
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	
	Fromage blanc	Fromage blanc	<b>Desserts</b>
	Yaourt aromatisé		Crème pâtissière chocolat
		<b>Desserts</b>	Liégeois vanille
	<b>Desserts</b>	Semoule au lait	Poire
	Flan vanille	Mousse chocolat au lait	Floraline lait vanille
	Purée pommes	Pomme entière cuite au four	Tartelettes pommes
	Bouillie de froment	Tapioca lait chocolat	Purée de fruits
	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	
		Purée de fruits	<b>Suppléments</b>
	<b>Suppléments</b>		Petit pain
	Petit pain	<b>Suppléments</b>	Petit sucre poudre
	Petit sucre poudre	Petit pain	1/2 baguette
	1/2 baguette	Petit sucre poudre	Baguette
	Baguette	1/2 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 de maïs tranché
	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Pain épeautre 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>
Carottes cuites vinaigrette	Riz mimosa	Salade de perles aux petits légumes	Tartare légumes fromage frais
Potage de légumes	Potage poireaux p. de terre	Betteraves cuites	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Potage de légumes	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Emincé dinde au jus	Filet colin beurre fondu	Far courgettes mozzarella	Duo poisson sc crème curcuma
Jambon blanc	Escalope de volaille		Quenelles veau béchamel
Steak haché veau jus	Jambon blanc	<b>Plats</b>	Escalope de volaille
<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus	Rôti porc aux herbes	Steak haché veau jus
Purée de betteraves	<b>Garnitures</b>	Escalope de volaille	<b>Garnitures</b>
Pâtes tortis	Epinards à la crème	Jambon blanc	Riz créole
Haricots verts vinaigrette	Purée pomme de terre	Steak haché veau jus	Navets
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	<b>Garnitures</b>	Jardinière légumes
Purée pomme de terre	Pâtes	Carottes braisées	Haricots verts
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pâtes
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Cotentin	Yaourt nature	Pâtes	Purée pomme de terre
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Haricots verts	<b>Laitages</b>
Yaourt nature	Fromage blanc	<b>Laitages</b>	Gouda
Yaourt aromatisé	Emmental	Fromage frais ail fines herbes	Fraidou
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Yaourt nature	Yaourt nature
Moelleux façon Pithivier fondant	Poire	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Purée pommes	Entremet chocolat	Fromage blanc	Fromage blanc
Bouillie froment café	Semoule lait fleur oranger	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Flan nappé caramel	Clafoutis nature
	Purée de fruits	Liégeois café	Pomme du Verger
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Riz au lait café	Tartelettes pommes
Petit pain	Petit pain	Tartelettes pommes	Purée de fruits
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
1/2 baguette	1/2 baguette	Petit pain	Petit pain
Baguette	Baguette	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
Baguette tradition	Baguette tradition	1/2 baguette	1/2 baguette
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Baguette	Baguette
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
		Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
		Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché