



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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
Entrées	Entrées	Entrées
Salade pomme de terre tomate oignons sse	Concombre vinaigrette sse	Salade de lentilles sse
Potage courgettes sse	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse
1/2 Pomelos	Chou-fleur V	Tomate basilic
Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats complets	Plats	Plats
Parmentier poisson carottes sse	Sauté porc au jus sse	Omelette sse
	Cake aux légumes sse	Steak haché veau jus sse
Plats	Escalope de dinde	Jambon blanc
Emincé dinde oignons sse	Jambon blanc	Escalope de dinde
Escalope de dinde	Steak haché veau jus	
Jambon blanc		Garnitures
Steak haché veau jus	Garnitures	Ratatouille sse
	Haricots verts oignons sse	Pomme de terre boulangères sse
Garnitures	Salade verte	Salade verte
Petits pois sse	Riz pilaf	Pâtes
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pâtes	Pâtes	
Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages
	Emmental	Yaourt nature
Laitages	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	
Fromage blanc	Desserts	Desserts
	Semoule au lait	Crème pâtissière chocolat
Desserts	Pomme entière cuite au four	Liégeois vanille
Flan vanille	Tapioca lait chocolat	Poire
Purée pomme mûre	Tartelette pommes	Floraline lait vanille
Kiwi	Purée de fruits	Tartelette pommes
Bouillie de froment	Chou à la crème	Purée de fruits
Chou à la crème		Chou à la crème
Tartelette pommes		
	Suppléments	Suppléments
Suppléments	Petit pain	Petit pain
Petit pain	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
Petit sucre poudre	1/2 baguette	1/2 baguette
1/2 baguette	Baguette	Baguette
Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Salade bicolore sse	Salade camarguaise sse	Salade perles citron coriandre sse	Tartare de légumes fromage frais sse
Potage de légumes sse	Potage poireaux pomme de terre sse	Potage de légumes sse	Potage carmen sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats complets	Plats
Poulet à l'Orléanaise sse	Céleri volaille sauce tomate sse	Far aux courgettes sse	Duo poisson sc crème curcuma sse
Jambon blanc sse			Jambon blanc sse
Steak haché veau jus			Escalope de dinde
Garnitures	Plats	Plats	Steak haché veau jus
Purée de betteraves sse	Colin beurre fondu sse	Escalope de porc aux herbes sse	Garnitures
Haricots verts vinaigrette sse	Jambon blanc	Escalope de dinde	Riz créole sse
Pâtes tortis	Escalope de dinde	Jambon blanc	Purée pomme de terre sse
Pomme de terre vapeur	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Navets
Haricots verts			Jardinière légumes
Laitages	Garnitures	Garnitures	Haricots verts
Cotentin	Epinards à la crème sse	Carottes sse	Pâtes
Fromage blanc	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Yaourt nature	Pâtes	Pâtes	Laitages
Yaourt aromatisé	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Fromage frais nature
Desserts	Laitages	Laitages	Yaourt nature
Purée pommes	Emmental	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Bouillie froment café	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Chou à la crème	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Desserts
Tartelette pommes	Fromage blanc		Purée pomme myrtille
Suppléments	Desserts	Desserts	Kiwi
Petit pain	Poire	Liégeois café	Riz au lait café
Petit sucre poudre	Fromage blanc aux fruits rouges	Tartelette pommes	Chou à la crème
1/2 baguette	Entremet chocolat		Suppléments
Baguette	Semoule lait fleur oranger		Petit pain
Baguette tradition	Tartelette pommes		Petit sucre poudre
Pain campagne tranché	Purée de fruits		1/2 baguette
Pain céréales tranché	Chou à la crème		Baguette
Pain complet tranché			Baguette tradition
Pain de maïs tranché	Suppléments		Pain campagne tranché
Pain épeautre tranché	Petit pain		Pain céréales tranché
	Petit sucre poudre		Pain complet tranché
	1/2 baguette		Pain de maïs tranché
	Baguette		Pain épeautre tranché
	Baguette tradition		
	Pain campagne tranché		
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		