



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°40 : 04 OCTOBRE 2021 AU 10 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 17 septembre

Salade coleslaw : émincé
chou blanc carotte mayo
Potage dubarry : chou-feur,
crème

Chou-fleur à la parisienne :
chou-fleur, dés de jambon,
béchamel

Sce angevine : crème, oseille,
champignons, oignons

Sauce piquante : tomate,
cornichon, estragon

Sauce marchand de vin : vin
rouge, champignons

Sauce chasseur : carotte,
oignons, champignons

Gougère au fromage : pâte à
choux, fromage

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade pâtes basilic	Betteraves ciboulette	Concombre vinaigrette
	Tomate vinaigrette	Potage de légumes	Velouté champignons
	Potage potiron	Pâté de campagne	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Oeufs durs		
	Pâté de campagne	Plats complets	Plats
		Poêlée légumes à la volaille	Boulettes boeuf sc piquante
	Plats complets		Poulet sauce marchand de vin
	Couscous de poisson	Plats	Cake poisson citron coriandre
		Jambonneau et moutarde	Jambon blanc
	Plats	Emincé boeuf oignons	Steak haché veau jus
	Sauté dinde sauce angevine	Escalope de volaille	Escalope de volaille
	Oeufs brouillés	Jambon blanc	
	Escalope de volaille	Steak haché veau jus	Garnitures
	Steak haché veau jus		Riz créole
	Jambon blanc	Garnitures	Purée de céleri
		Lentilles	Epinards à la crème
	Garnitures	Carottes braisées	Haricots verts
	Haricots verts oignons	Haricots verts	Pâtes
	Pommes de terre boulangères	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	
	Pâtes	Purée pomme de terre	Laitages
			Brie
	Laitages	Laitages	Yaourt nature
	Cotentin	Yaourt nature	Fromage blanc
	Camembert	Fromage frais ail fines herbes	Camembert
	Fromage blanc	Camembert	
	Yaourt nature	Fromage blanc	Desserts
			Entremets vanille ssu
	Desserts	Desserts	Pomme du Verger
	Purée pommes	Kiwi	Purée de fruits
	Poire	Semoule lait cannelle ssu	Orange
	Tapioca au lait ssu	Purée de fruits	Poire
	Orange	Pomme	Kiwi
	Pomme	Poire	Bouillie froment cacao ssu
	Kiwi	Orange	
			Suppléments
	Suppléments	Suppléments	Petit pain
	Petit pain	Petit pain	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
Chou rouge V	Carottes râpées vinaigre cidre	Pomme de terre vinaigrette	Salade coleslaw
Poireaux V	Salade pomme de terre tomate	Potage de légumes	Taboulé
Potage de légumes	Potage crécy	Oeufs durs	Potage dubarry
Oeufs durs	Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Pâté de campagne
Pâté de campagne	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos		1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites		Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats	Plats complets
Poitrine veau sc chasseur	Chou-fleur parisienne	Cuisse poulet rôti	Cassolette poisson légumes
Omelette	Blettes au boeuf	Filet lieu sc oseille	
Croissant jambon fromage		Gougère au fromage	Plats
Escalope de volaille		Jambon blanc	Langue de boeuf sauce madère
Jambon blanc		Steak haché veau jus	Sauté porc pruneaux
Steak haché veau jus			Steak haché veau jus
	Plats	Garnitures	Jambon blanc
Garnitures	Colin pané citron	Mitonnée de légumes	Escalope de volaille
Petits pois fermiers	Escalope de volaille	Riz créole	
Coquillettes	Jambon blanc	Salade verte	
Salade verte	Steak haché veau jus	Purée pomme de terre	
Purée pomme de terre		Pomme de terre vapeur	
Pomme de terre vapeur	Garnitures	Pâtes	
Haricots verts	Purée potiron	Haricots verts	
	Pomme de terre vapeur		Garnitures
Laitages	Pâtes	Laitages	Pâtes papillons
Gouda	Haricots verts	Fromage frais sel Guérande	Navets
Fondu président		Bûchette mi-chèvre	Purée pomme de terre
Camembert	Laitages	Yaourt nature	Pomme de terre vapeur
Fromage blanc	Yaourt nature	Camembert	Haricots verts
Yaourt nature	Pont l'Evêque	Fromage blanc	
	Fromage blanc		Laitages
Desserts	Camembert	Desserts	Emmental
Moelleux poire cannelle ssu	Desserts	Crème pâtissière rhum ssu	Fraidou
Orange	Purée pomme figues	Pomme entière cuite au four	Fromage blanc
Purée de fruits	Tapioca lait café ssu	Purée de fruits	Camembert
Floraline lait vanille ssu	Poire	Semoule lait fleur oranger ssu	Yaourt nature
Kiwi	Fromage blanc myrtille	Pomme	
Poire	Chou à la crème	Poire	Desserts
Pomme	Pomme	Orange	Far nature ssu
	Orange	Kiwi	Riz au lait cacao ssu
Suppléments	Kiwi	Suppléments	Kiwi
Petit pain		Petit pain	Purée de fruits
1/2 baguette	Suppléments	1/2 baguette	Pomme
Baguette	Petit pain	Baguette	Poire
Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette tradition	Orange
Pain campagne tranché	Baguette	Pain campagne tranché	
Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Suppléments
Pain complet tranché	Baguette tradition	Pain complet tranché	Petit pain
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	1/2 baguette
Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Baguette
	Pain complet tranché		Baguette tradition
	Pain de maïs tranché		Pain campagne tranché
	Pain de maïs tranché		Pain céréales tranché
	Pain épeautre tranché		Pain complet tranché
			Pain de maïs tranché
			Pain épeautre tranché