



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre sans sel

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
	Pâtes au basilic sse	Betteraves ciboulette sse	Concombre vinaigrette sse
	Potage potiron sse	Potage de légumes sse	Velouté champignons sse
	Tomate vinaigrette	Oeufs durs	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites		Betteraves cuites
	Oeufs durs	Plats complets	
		Poêlée de légumes à la volaille sse	Plats
	Plats		Poulet sauce marchand de vin sse
	Sauté de dinde sauce angevine sse	Plats	Cake poisson coriandre citron sse
	Oeufs brouillés sse	Sauté boeuf oignons sse	Jambon blanc
	Escalope de volaille	Escalope de volaille	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Escalope de volaille
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	
		Garnitures	Garnitures
	Garnitures	Lentilles sse	Riz créole sse
	Haricots verts oignons sse	Carottes braisées	Epinards à la crème sse
	Pomme de terre boulangères sse	Haricots verts	Haricots verts
	Pâtes	Pâtes	Pâtes
		Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Laitages		Laitages
	Cotentin	Laitages	Emmental
	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
		Desserts	Desserts
	Desserts	Kiwi	Entremets vanille ssu
	Purée pommes	Semoule lait cannelle ssu	Pomme du Verger
	Poire	Purée de fruits	Purée de fruits
	Tapioca au lait ssu	Pomme	Bouillie froment cacao ssu
	Pomme	Poire	Kiwi
	Orange	Orange	Orange
	Kiwi		Poire
		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 vinaigrette sse	Carottes râpées vinaigre cidre sse	Salade pomme de terre vinaigrette sse	Salade coleslaw sse
Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse	Potage dubarry sse
Poireaux V	Oeufs durs	Oeufs durs	Taboulé
Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Betteraves cuites			Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats	Plats complets
Steak haché veau jus sse	Blettes au boeuf sse	Cuisse de poulet rôti sse	Cassolette de poisson aux légumes sse
Escalope porc au jus sse		Jambon sse	
Escalope de volaille	Plats	Steak haché veau jus	
Jambon blanc	Filet colin sauce citron sse		Plats
	Escalope de volaille	Garnitures	Langue boeuf sauce madère sse
Garnitures	Jambon blanc	Mitonnée de légumes sse	Steak haché veau jus
Petits pois fermiers sse	Steak haché veau jus	Riz créole sse	Jambon blanc
Coquillettes sse		Salade verte	Escalope de volaille
Salade verte	Garnitures	Pomme de terre vapeur	
Pomme de terre vapeur	Purée potiron sse	Pâtes	Garnitures
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Navets braisés sse
	Pâtes		Pâtes papillons
Laitages	Haricots verts	Laitages	Pomme de terre vapeur
Cotentin	Laitages	Fromage frais nature	Haricots verts
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature	
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc	Laitages
			Emmental
Desserts	Desserts	Desserts	Fromage blanc
Moelleux poire cannelle ssu	Purée pomme figues	Crème pâtissière rhum ssu	Yaourt nature
Orange	Tapioca lait café ssu	Pomme entière cuite au four	
Purée de fruits	Poire	Purée de fruits	Desserts
Floraline lait vanille ssu	Pomme	Semoule lait fleur oranger ssu	Far nature ssu
Kiwi	Orange	Pomme	Riz au lait cacao ssu
Poire	Kiwi	Poire	Kiwi
Pomme		Orange	Purée de fruits
	Suppléments	Kiwi	Pomme
Suppléments	Petit pain	Suppléments	Poire
Petit pain	1/2 baguette	Petit pain	Orange
1/2 baguette	Baguette	1/2 baguette	
Baguette	Baguette tradition	Baguette	Suppléments
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Petit pain
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	1/2 baguette
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Baguette
Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché	Baguette tradition
Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché
Pain épeautre tranché		Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché
			Pain complet tranché
			Pain de maïs tranché
			Pain épeautre tranché