



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°41 : 11 OCTOBRE 2021 AU 17 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 24 septembre

Semaine du goût vitaminée

Salade vitaminée : carotte,
chou chinois, vinaigrette à
l'orange

Salade exotique : riz, tomate,
ananas, maïs

Potage dubarry : chou-feur,
crème

Sauce normande : crème,
champignons, oignons

Sce aurore : crème, fumet
poisson, tomate, oignons

Sauce forestière : roux,
champignons, oignon

Escalope viennoise : filet
volaille pané

Clafoutis normand : clafoutis
au camembert

Sauce à la diable : roux,
sauce moutarde, tomate

Polenta : farine de maïs

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI |
|--|---|--|---|
| | Entrées | Entrées | Entrées |
| | Salade vitaminée | Salade de risetti (petites pâtes) poivron basilic | Romanesco et chou-fleur au fromage frais ail et fines herbes |
| | Salade exotique | Betteraves à la framboise | Salade pomme de terre moutarde à l'ancienne |
| | Potage poireaux p. de terre | Potage de légumes | Potage crécy |
| | Pâté de campagne | 1/2 Pomelos | Pâté de campagne |
| | Oeufs durs | Pâté de campagne | Oeufs durs |
| | 1/2 Pomelos | Oeufs durs | 1/2 Pomelos |
| | Betteraves cuites | | Betteraves cuites |
| | Plats complets | Plats | Plats complets |
| | Cassoulet | Omelette | Tortellini de boeuf sauce basilic |
| | Poêlée de haricots verts à la volaille | Sauté de dinde sauce tomate | |
| | | Quenelles veau sc normande | Plats |
| | Plats | Steak haché veau jus | Filet lieu sc aurore |
| | Sauté de boeuf aux groseilles | Jambon blanc | Jambon blanc |
| | Steak haché veau jus | Escalope de dinde | Steak haché veau jus |
| | Jambon blanc | | Escalope de dinde |
| | Escalope de dinde | Garnitures | |
| | | Courgettes au curcuma | Garnitures |
| | Garnitures | Purée pomme de terre | Julienne de légumes |
| | Carottes au beurre | Riz pilaf | Salsifis à la crème |
| | Haricots verts | Pomme de terre vapeur | Purée pomme de terre |
| | Pâtes | Pâtes | Pomme de terre vapeur |
| | Pomme de terre vapeur | Haricots verts | Pâtes |
| | Purée pomme de terre | | Haricots verts |
| | | Laitages | Laitages |
| | Laitages | Edam | Fraidou |
| | Yaourt nature | Fondu président | Yaourt nature |
| | Cotentin | Yaourt nature | Fromage blanc |
| | Fromage blanc | Fromage blanc | Camembert |
| | Camembert | Camembert | |
| | | Desserts | Desserts |
| | Desserts | Entremets café ssu | Kiwi |
| | Semoule au lait ssu | Poire | Crème pâtissière amande ssu |
| | Chou à la crème | Purée de fruits | Orange |
| | Poire | Tapioca lait fleur oranger ssu | Pomme |
| | Pomme | Pomme | Poire |
| | Orange | Kiwi | Bouillie de froment café 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 | 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 de maïs tranché |
| | Pain épeautre tranché | Pain épeautre tranché | |

| JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|-------------------------------|---------------------------------------|------------------------|--------------------------------|
| Entrées | Entrées | Entrées | Entrées |
| Céleri rémoulade curry | Carottes râpées vinaigrette au cumin | Salade pâtes tricolore | Macédoine légumes vinaigrette |
| Crème potiron muscade | Pâté de campagne | Potage de légumes | Potage céleri carottes |
| Pâté de campagne | Potage dubarry | Pâté de campagne | Pâté de campagne |
| Oeufs durs | Oeufs durs | Oeufs durs | Oeufs durs |
| 1/2 Pomelos | 1/2 Pomelos | 1/2 Pomelos | 1/2 Pomelos |
| Betteraves cuites | Betteraves cuites | Betteraves cuites | Betteraves cuites |
| Plats | Plats complets | Plats | Plats complets |
| Poulet sauce suprême | Parmentier de poisson à la provençale | Escalope viennoise | Gratin de poisson aux épinards |
| Rôti de porc sauce aux poires | | Clafoutis normand | |
| Escalope de dinde | | Jambon blanc | |
| Jambon blanc | | Escalope de dinde | |
| Steak haché veau jus | | Steak haché veau jus | |
| Garnitures | Plats | Garnitures | Plats |
| Carottes et navets | Boulettes boeuf sauce forestière | Poêlée légumes | Palette porc diable |
| Coquillettes | Quiche lorraine | Fondue de poireaux | Emincé dinde crème oignons |
| Salade verte | Steak haché veau jus | Haricots verts | Jambon blanc |
| Purée pomme de terre | Jambon blanc | Pâtes | Steak haché veau jus |
| Pomme de terre vapeur | Escalope de dinde | Pomme de terre vapeur | Escalope de dinde |
| Haricots verts | Garnitures | Purée pomme de terre | Garnitures |
| | Polenta crémeuse | | Pomme de terre rissolées |
| Laitages | Salade verte | Laitages | Petits pois |
| Yaourt nature | Purée pomme de terre | Yaourt nature | Pâtes |
| Tomme blanche | Pomme de terre vapeur | Mimolette | Haricots verts |
| Fromage blanc | Pâtes | Fromage blanc | Purée pomme de terre |
| Camembert | Haricots verts | Camembert | Laitages |
| Desserts | Laitages | Desserts | Rondelé nature |
| Orange | Coulommiers | Poire | Carré fromager |
| Purée de fruits | Petit fromage aux noix | Entremets vanille ssu | Fromage blanc |
| Kiwi | Yaourt nature | Purée de fruits | Yaourt nature |
| Pomme | Fromage blanc | Kiwi | Desserts |
| Poire | Desserts | Orange | Moelleux sans sucre |
| Riz au lait ssu | Fromage blanc coulis de mûre | Pomme | Tapioca au lait ssu |
| Suppléments | Pomme du Verger | Semoule lait cacao ssu | Pomme du Verger |
| Petit pain | Purée de fruits | Suppléments | Purée de fruits |
| 1/2 baguette | Floraline lait vanille ssu | Petit pain | Poire |
| Baguette | Kiwi | 1/2 baguette | Orange |
| Baguette tradition | Orange | Baguette | Kiwi |
| Pain campagne tranché | Poire | Baguette tradition | Suppléments |
| Pain céréales tranché | Suppléments | Pain campagne tranché | Petit pain |
| Pain complet tranché | Petit pain | Pain céréales tranché | 1/2 baguette |
| Pain de maïs tranché | 1/2 baguette | Pain complet tranché | Baguette |
| Pain épeautre tranché | Baguette | Pain de maïs tranché | Baguette tradition |
| | Baguette tradition | Pain épeautre tranché | Pain campagne tranché |
| | Pain campagne tranché | | Pain céréales tranché |
| | Pain céréales tranché | | Pain complet tranché |
| | Pain complet tranché | | Pain de maïs tranché |
| | Pain de maïs tranché | | Pain épeautre tranché |
| | Pain épeautre tranché | | |