LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

SEMAINE N°43 : 25 OCTOBRE 2021 AU 31 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 08 octobre

Salade coleslaw : émincé chou blanc carotte mayo
Salade pastourelle : pâte, tomate, poivron
Salade Marco polo : pâte, poivron, surimi
Potage paysanne : pdt, carotte, navet, poireau, chou vert
Clafoutis d'Automne : champignons, panais
Sauce bretonne : fumet poisson, oignons, céleri, poireaux, champignons
Sauce chasseur : carotte, oignons, champignons
Bordelaise : vin rouge, échalotes et oignons
Charcutière : moutarde, tomate, cornichon
Sce aurore : crème, tomate, oignons
Poêlée de légumes : haricots verts, carottes, navets

LUNDI		*MARDI*		*MERCREDI*	
Entrées		**Entrées**		**Entrées**	
Surimi		Betteraves cuites		Oeufs durs	
Velouté potiron		Potage carottes cumin		Potage de légumes	
Oeufs durs		Oeufs durs		Betteraves cuites	
Betteraves cuites					
		Plats		**Plats**	
Plats complets		Emincé dinde au jus		Steak haché veau jus	
Hachis parmentier		Jambon blanc		Colin sauce citron	
		Steak haché veau jus		Jambon blanc	
Plats					
Clafoutis de légumes		**Garnitures**		**Garnitures**	
Escalope de dinde		Haricots verts		Riz créole	
Jambon blanc		Purée pomme de terre		Epinards béchamel	
Steak haché veau jus		Pomme de terre vapeur		Haricots verts	
		Pâtes		Pâtes	
Garnitures				Pomme de terre vapeur	
Carottes braisées		**Laitages**		Purée pomme de terre	
Purée pomme de terre		Emmental			
Pomme de terre vapeur		Fromage blanc		**Laitages**	
Pâtes		Yaourt nature		Yaourt nature	
Haricots verts		Yaourt aromatisé		Yaourt aromatisé	
				Fromage blanc	
Laitages		**Desserts**			
Yaourt nature		Bouillie froment fleur oranger		**Desserts**	
Mimolette		Flan nappé caramel		Pomme du Verger	
Yaourt aromatisé		Poire		Semoule au lait café	
Fromage blanc		Tapioca lait vanille		Mousse au chocolat	
		Tartelette pommes		Tartelette pommes	
Desserts		Purée de fruits		Purée de fruits	
Pomme du Verger					
Liégeois chocolat		**Suppléments**		**Suppléments**	
Riz au lait cannelle		Petit pain		Petit pain	
Tartelette pommes		Petit sucre poudre		Petit sucre poudre	
Purée de fruits		1/2 baguette		1/2 baguette	
		Baguette		Baguette	
Suppléments		Baguette tradition		Baguette tradition	
Petit pain		Pain campagne tranché		Pain campagne tranché	
Petit sucre poudre		Pain céréales tranché		Pain céréales tranché	
1/2 baguette		Pain complet tranché		Pain complet tranché	
Baguette		Pain de maïs tranché		Pain de maïs tranché	
Baguette tradition		Pain épeautre tranché		Pain épeautre tranché	
Pain campagne tranché					
Pain céréales tranché					
Pain complet tranché					
Pain de maïs tranché					
Pain épeautre tranché					

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	**Entrées**	**Entrées**	**Entrées**
Haricots beurre échalote	Carottes cuites	Pomme de terre vinaigrette	Tartare légumes fromage frais ciboulette
Potage poireaux	Potage de légumes	Potage de légumes	Salade de perles citron coriandre
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Potage de légumes
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
			Betteraves cuites
Plats	**Plats**	**Plats**	
Escalope porc au jus	Filet lieu poché	Cuisse poulet rôti	**Plats**
Omelette	Emincé porc au jus	Oeufs durs béchamel	Sauté de porc au jus
Steak haché veau jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus	Emincé dinde sauce aurore
Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc	Jambon blanc
Escalope de dinde	Steak haché veau jus		Steak haché veau jus
		Garnitures	
Garnitures	**Garnitures**	Navets	**Garnitures**
Pomme de terre vapeur	Riz créole	Purée pomme de terre	Pâtes tortis
Coquillettes	Poêlée légumes	Jardinière légumes	Carottes persillées
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Haricots verts	Purée pomme de terre
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Laitages	Haricots verts		
Fondu président		**Laitages**	**Laitages**
Yaourt nature	**Laitages**	Fraidou	Crème anglaise
Yaourt aromatisé	Edam	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Desserts	Yaourt aromatisé		
Pomme du Verger		**Desserts**	**Desserts**
Floraline au lait	**Desserts**	Purée pommes	Moelleux à la crème de marrons
Tartelette pommes	Oeufs au lait	Crème dessert chocolat	Pomme du Verger
	Poire	Mousse café	Yaourt aromatisé
Suppléments	Tapioca au lait caramel	Tartelette pommes	Bouillie froment chocolat
Petit pain	Tartelette pommes	Floraline lait vanille	Purée de fruits
Petit sucre poudre	Purée de fruits		
1/2 baguette		**Suppléments**	**Suppléments**
Baguette	**Suppléments**	Petit pain	Petit pain
Baguette tradition	Petit pain	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
Pain campagne tranché	Petit sucre poudre	1/2 baguette	1/2 baguette
Pain céréales tranché	1/2 baguette	Baguette	Baguette
Pain complet tranché	Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain de maïs tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain épeautre 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		