



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Salade coleslaw sse	Céleri sauce fromage blanc sse	Macédoine légumes sse
	Velouté de potiron sse	Potage carottes cumin sse	Potage de légumes sse
	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Plats complets	Plats	Plats
	Hachis parmentier sse	Emincé dinde jus sse	Steak haché veau jus sse
	Plats	Jambon blanc sse	Filet de lieu sauce citron sse
	Clafoutis d'automne sse	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	Escalope de dinde	Escalope de dinde	Garnitures
	Jambon blanc	Garnitures	Riz créole sse
	Steak haché veau jus	Haricots verts oignons sse	Epinards béchamel sse
	Garnitures	Lentilles sse	Haricots verts
	Chou fleur et brocolis	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Salade verte	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Laitages	Laitages
	Pâtes	Emmental	Yaourt aromatisé
	Haricots verts	Fromage blanc	Yaourt nature
	Laitages	Yaourt nature	Fromage blanc
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Desserts
	Yaourt aromatisé	Desserts	Kiwi
	Fromage blanc	Bouillie froment fleur oranger	Mousse au chocolat
	Desserts	Flan nappé caramel	Pruneaux au vin
	Entremets café	Poire	Semoule au lait café
	Orange	Tapioca lait vanille	Tartelette pommes
	Liégeois chocolat	Tartelette pommes	Purée de fruits
	Riz au lait cannelle	Purée de fruits	Chou à la crème
	Tartelette pommes	Chou à la crème	Suppléments
	Purée de fruits	Suppléments	Petit pain
	Chou à la crème	Petit pain	Petit sucre poudre
	Suppléments	Petit sucre poudre	1/2 baguette
	Petit pain	1/2 baguette	Baguette
	Petit sucre poudre	Baguette	Baguette tradition
	1/2 baguette	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	Baguette	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché
	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Potage de poireaux sse	Carottes râpées sse	Salade pomme de terre, tomate ciboulette sse	Tartare de légumes fromage frais sse
Haricots beurre échalote	Potage de légumes sse	Potage paysanne sse	Potage de légumes sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Poireaux V	Salade de perles citron coriandre
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Chou rouge vinaigrette sse		Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Plats		
Plats	Filet lieu sauce bretonne sse	Plats	Plats
Escalope porc au jus sse	Emincé porc au jus sse	Poulet sauce chasseur sse	Sauté porc au jus sse
Omelette sse	Escalope de dinde	Oeufs durs béchamel sse	Emincé poulet sauce aurore sse
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Escalope de dinde			
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Garnitures	Riz créole sse	Navets braisés sse	Pâtes tortis sse
Légumes du pot sse	Poêlée de légumes sse	Jardinière de légumes sse	Salsifis persillés sse
Coquillettes sse	Petits pois	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Carottes et champignons sse
Haricots verts	Haricots verts		
	Laitages	Laitages	Laitages
Laitages	Fromage blanc	Petit fromage aux noix	Crème anglaise
Fromage frais nature	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
Yaourt aromatisé		Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Fromage blanc			
	Desserts	Desserts	Desserts
Desserts	Oeufs au lait	Purée pommes	Moelleux à la crème de marrons
Flan vanille	Poire	Crème dessert chocolat	Pomme du Verger
Purée pomme 4 épices	Tapioca au lait caramel	Mousse café	Yaourt aromatisé
Floraline au lait	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Bouillie froment chocolat
Chou à la crème	Purée de fruits	Floraline lait vanille	Purée de fruits
Tartelette pommes	Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain complet 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	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché