



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

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	Céleri rémoulade	Pâté de campagne
	Salade pastourelle	Betteraves cuites	Potage de légumes
	Velouté potiron	Potage carottes cumin	Oeufs durs
	Oeufs durs	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Betteraves cuites
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	
	Betteraves cuites		Plats complets
		Plats complets	Couscous boulettes agneau
	Plats complets	Raviolis boeuf sauce tomate	
	Hachis parmentier		Plats
		Plats	Blanquette volaille
	Plats	Emincé de dinde moutarde à l'ancienne	Crêpe fruits de mer
	Colin meunière	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	Clafoutis d'automne	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Escalope de dinde	Escalope de dinde	
	Jambon blanc		Garnitures
	Steak haché veau jus		Riz créole
		Garnitures	Epinards béchamel
	Garnitures	Haricots verts oignons	Haricots verts
	Chou fleur et brocolis	Purée pomme de terre	Pâtes
	Salade verte	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur		
	Pâtes	Laitages	Laitages
	Haricots verts	Fromage frais ail fines herbes	Yaourt nature
		Emmental	Tomme blanche
	Laitages	Camembert	Fromage blanc
	Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert
	Mimolette	Yaourt nature	
	Fromage blanc		Desserts
	Camembert	Desserts	Kiwi
		Bouillie froment oranger ssu	Fromage blanc nature
	Desserts	Poire	Purée de fruits
	Entremets café ssu	Purée de fruits	Semoule au lait café ssu
	Orange	Tapioca lait vanille ssu	Pomme
	Purée de fruits	Pomme	Poire
	Riz au lait cannelle ssu	Orange	Orange
	Pomme	Kiwi	
	Poire		Suppléments
	Kiwi	Suppléments	Petit pain
		Petit pain	1/2 baguette
	Suppléments	1/2 baguette	Baguette
	Petit pain	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
Chou rouge V	Carottes râpées	Museau porc vinaigrette	Tartare légumes fromage frais ciboulette
Haricots beurre échalote	Potage de légumes	Poireaux V	Salade de perles citron coriandre
Potage poireaux	Oeufs durs	Potage paysanne	Potage de légumes
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs	Pâté de campagne
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 complets	Plats complets	Plats	Plats
Potée au jambonneau légumes de printemps	Poêlée de légumes aux lardons	Poulet sauce chasseur	Sauté porc charcutière
		Rognons de boeuf sauce bordelaise	Saumonette sauce aux câpres
Plats	Plats	Oeufs durs béchamel	Emincé dinde sauce aurore
Goulash de boeuf	Lieu sauce bretonne	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Tarte au fromage	Escalope de dinde	Jambon blanc	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Jambon blanc		
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Garnitures	
Escalope de dinde		Navets	
Garnitures	Garnitures	Purée pomme de terre	Garnitures
Coquillettes	Riz créole	Jardinière légumes	Pâtes tortis
Salade verte	Petits pois	Haricots verts	Carottes champignons persil
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes	Salsifis persillés
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
Haricots verts	Pâtes		Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Laitages	Haricots verts
Laitages	Laitages	Fraidou	
Coulommiers	Edam	Bleu	Laitages
Fondus président	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc	Bûchette mi-chèvre
Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature	Camembert
			Fromage blanc
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Fondant chocolat ssu	Oeufs au lait ssu	Purée pommes	Moelleux cannelle ssu
Purée pomme 4 épices	Tapioca au lait ssu	Floraline lait vanille ssu	Bouillie froment cacao ssu
Floraline lait ssu	Poire	Kiwi	Pomme du Verger
Kiwi	Purée de fruits	Orange	Purée de fruits
Orange	Pomme	Pomme	Kiwi
Poire	Orange	Poire	Orange
Pomme	Kiwi		Poire
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
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 de maïs tranché	Pain complet tranché
Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché
Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché		Pain épeautre tranché