



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre 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

Légumes du pot : p.de terre,
chou, navet, carotte, poireau

	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	Garnitures	Garnitures
	Jambon blanc	Haricots verts oignons sse	Riz créole sse
	Steak haché veau jus	Lentilles sse	Epinards béchamel sse
	Garnitures	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
	Salade verte	Pâtes	Pâtes
	Chou fleur et brocolis	Laitages	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Emmental	Laitages
	Pâtes	Fromage blanc	Yaourt nature
	Haricots verts	Yaourt nature	Fromage blanc
	Laitages	Desserts	Desserts
	Yaourt nature	Bouillie froment oranger ssu	Kiwi
	Fromage blanc	Poire	Semoule au lait café ssu
	Desserts	Purée de fruits	Purée de fruits
	Entremets café ssu	Tapioca lait vanille ssu	Pomme
	Orange	Pomme	Poire
	Purée de fruits	Orange	Orange
	Kiwi	Kiwi	Suppléments
	Poire	Suppléments	Petit pain
	Pomme	Petit pain	1/2 baguette
	Riz au lait cannelle ssu	1/2 baguette	Baguette
	Suppléments	Baguette	Baguette tradition
	Petit pain	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	1/2 baguette	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
	Baguette	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
	Baguette tradition	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché
	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain épeautre tranché
	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	
	Pain complet tranché		
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		

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