



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°6 : 07 FÉVRIER 2022 AU 13 FÉVRIER 2022

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 21 janvier

Potage dubarry : chou-feur,  
crème

Sauce marchand de vin : vin  
rouge, champignons

Clafoutis normand : clafoutis  
au camembert

Sauce forestière : roux,  
champignons, oignon

Sauce bretonne : fumet  
poisson, oignons, céleri,

poireaux, champignons

Mitonnée d'hiver : salsifis,  
carottes, champignons

Polenta : farine de maïs

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Betteraves ciboulette	Carottes râpées	Cervelas V
	Crêpe aux champignons	Haricots beurre vinaigrette	Salade pâtes basilic
	Potage de céleri	Potage de légumes	Velouté potiron
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Betteraves cuites
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
		Betteraves cuites	
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Coquillettes carbonara	Poulet sauce marchand de vin	Echine demi-sel
	Duo de poisson fondue de poireaux	Omelette	Colin pané citron
		Clafoutis normand	Quiche lorraine
	<b>Plats</b>	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Estouffade de boeuf	Steak haché veau jus	Steak cru
	Escalope de volaille		Jambon blanc
	Jambon blanc	<b>Garnitures</b>	Escalope de volaille
	Steak haché veau jus	Choux fleurs persillés	<b>Garnitures</b>
		Pommes de terre boulangères	Lentilles
	<b>Garnitures</b>	Salade verte	Mitonnée d'hiver
	Navets	Purée pomme de terre	Endives braisées
	Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes
	Pâtes	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Cotentin	Purée pomme de terre
		Coulommiers	<b>Laitages</b>
	<b>Laitages</b>	Fromage blanc	Yaourt nature
	Saint Paulin	Yaourt nature	Rondelé nature
	Fondu président	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Yaourt nature		Fromage blanc
	Yaourt aromatisé	<b>Desserts</b>	Camembert
	Fromage blanc	Crème pâtissière café	
	Camembert	Pomme du Verger	<b>Desserts</b>
		Pruneaux rhum orange	Purée pommes
	<b>Desserts</b>	Tapioca au lait	Kiwi
	Clémentines	Tartelettes pommes	Fromage blanc miel
	Flan vanille	Purée de fruits	Bouillie froment café
	Semoule lait caramel	Chou à la crème	Chou à la crème
	Tartelettes pommes		Tartelettes pommes
	Purée de fruits	<b>Suppléments</b>	
	Chou à la crème	Petit pain	<b>Suppléments</b>
		Petit sucre poudre	Petit pain
	<b>Suppléments</b>	1/2 baguette	Petit sucre poudre
	Petit pain	Baguette	1/2 baguette
	Petit sucre poudre	Baguette tradition	Baguette
	1/2 baguette	Pain blanc	Baguette tradition
	Baguette	Pain campagne tranché	Pain blanc
	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
	Pain blanc	Pain complet tranché	Pain céréales tranché
	Pain campagne tranché	Pain de maïs tranché	Pain complet tranché
	Pain céréales tranché	Pain épeautre tranché	Pain de maïs tranché
	Pain complet tranché		Pain épeautre tranché
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Céleri sauce fromage blanc curry	Pâté de campagne	Chou rouge aux raisins	Saucisson sec
Macédoine légumes mayo	Taboulé	Salade de perles citron coriandre	Tartare légumes fromage frais
Potage de légumes	Potage dubarry	Crème de pois cassés	Potage de légumes
1/2 Pomelos	Oeufs durs	1/2 Pomelos	Oeufs durs
Betteraves cuites	1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
Oeufs durs	Betteraves cuites	Pâté de campagne	Betteraves cuites
Pâté de campagne	<b>Plats complets</b>	Oeufs durs	<b>Plats</b>
<b>Plats</b>	Parmentier boeuf potiron	<b>Plats</b>	Sauté de porc sauce chasseur
Boulettes boeuf sauce forestière	Poêlée campagnarde au poulet	Boudin noir	Haché veau échalotes
Rôti de porc sauce au bleu	<b>Plats</b>	Emincé dinde estragon	Galette garnie volaille champignons
Croque monsieur	Colin sauce bretonne	Oeufs durs béchamel	Escalope de volaille
Escalope de volaille	Escalope de volaille	Jambon blanc	Jambon blanc
Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak cru	Carottes persillées
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Pâtes papillons
Haricots verts	Riz créole	Purée pomme de terre	Salade verte
Polenta crémeuse	Purée pomme de terre	Jardinière légumes	Purée pomme de terre
Salade verte	Pomme de terre vapeur	Epinards braisés	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes	<b>Laitages</b>
Pâtes	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur	Brie
<b>Laitages</b>	Fromage frais ail fines herbes	<b>Laitages</b>	Fraidou
Gouda	Carré fromager	Emmental	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	
Camembert	<b>Desserts</b>	Camembert	<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	Pomme du Verger	<b>Desserts</b>	Tarte flan
Moelleux à l'ananas	Flan nappé caramel	Crème dessert vanille	Pomme du Verger
Poire	Entremets praliné	Purée pomme mangue	Liégeois café
Mousse au chocolat	Tapioca lait chocolat	Clémentines	Semoule au lait
Riz au lait vanillé	Tartelettes pommes	Floraline lait fleur d'oranger	Purée de fruits
Tartelettes pommes	Purée de fruits	Chou à la crème	Chou à la crème
Purée de fruits	Chou à la crème	Tartelettes pommes	
Chou à la crème	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
<b>Suppléments</b>	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 blanc	Pain blanc	Pain blanc
Pain blanc	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			