



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°7 : 14 FÉVRIER 2022 AU 20 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 28 janvier

Semoule fantaisie : semoule,  
tomate, maïs

Salade exotique : riz, tomate,  
ananas, maïs

Salade coleslaw : émincé

chou blanc carotte mayo

Salade pâtes tricolore : pâtes,  
olives, poivrons

Sauce dieppoise : sauce

crème, vin blanc,

champignons, crevettes,

moules, oignons

Sce grand-mère : crème,

lardons, champignons,

oignons

Sauce suprême : crème et

champignons

Pizza royale : tomate, jambon

blanc, fromage

Poêlée de légumes : haricots

verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Chou blanc vinaigrette	Betteraves à l'ail	Carottes râpées raisins à l'orange
	Semoule fantaisie	Salade exotique	Mortadelle
	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage crécy
	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Oeufs durs	Oeufs durs	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Betteraves cuites
	Betteraves cuites		
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
	Lasagnes bolognaise	Cassoulet	Emincé dinde sc gd-mère
			Paupiette veau aux oignons
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Quenelles brochet sauce crustacés
	Fricassé de volaille	Filet lieu sc dieppoise	Steak haché veau jus
	Cake aux trois fromages	Oeufs brouillés fines herbes	Steak cru
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	
		Escalope de volaille	
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Petits pois fermiers	Chou fleur et brocolis	Navets
	Endives braisées	Haricots beurre	Purée pomme de terre
	Haricots verts	Pâtes	Julienne de légumes fenouil
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre		Haricots verts
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Edam	Fromage frais sel Guérande	Yaourt nature
	Rondelé nature	Camembert	Cotentin
	Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert
	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Fromage blanc
	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
	Camembert		
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Purée pomme 4 épices	Entremets vanille	Gaufre au chocolat
	Flan nappé caramel	Pomme du Verger	Kiwi
	Yaourt aromatisé	Mousse café	Purée pomme ananas
	Tapioca lait chocolat	Riz au lait fleur oranger	Bouillie de froment
	Tartelettes pommes	Tartelettes pommes	Chou à la crème
	Chou à la crème	Purée de fruits	Tartelettes pommes
		Chou à la crème	
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
	Pain blanc	Pain blanc	Pain blanc
	Pain campagne tranché	Pain campagne 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

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade Pdt aneth	Pâté de foie	Haricots verts échalotes	Salade coleslaw
Macédoine légumes mayo	Céleri rémoulade	Galantine volaille	Salade pâtes tricolore
Potage de légumes	Potage à l'oseille	Potage de légumes	Velouté champignons
Oeufs durs	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
Pâté de campagne	1/2 Pomelos	Oeufs durs	Pâté de campagne
1/2 Pomelos	Betteraves cuites	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites		Betteraves cuites	Betteraves cuites
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
Jambonneau et moutarde	Colin meunière citron	Couscous boulettes agneau	Blettes à la volaille
Boeuf bourguignon	Poulet sauce suprême		
Croisillons aux champignons	Pomme de terre farcie	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Escalope de volaille	Jambon blanc	Omelette	Duo poisson sc crème curcuma
Jambon blanc	Steak cru	Pizza royale	Echine de porc moutarde
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de volaille
		Jambon blanc	Jambon blanc
		Escalope de volaille	Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Embeurrée de chou	Carottes braisées	Pomme de terre épinards béchamel	Riz pilaf
Coquillettes	Riz créole	Salade verte	Purée potiron
Salade verte	Poêlée légumes	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	
	Purée pomme de terre		
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Camembert	Tomme blanche	Emmental	Gouda
Fromage frais ail fines herbes	Vache qui rit	Bûchette mi-chèvre	Pavé 1/2 sel
Fromage blanc	Yaourt nature	Camembert	Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
	Camembert	Yaourt aromatisé	Camembert
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Oeufs au lait	Poire	Purée pomme miel	Clafoutis aux pommes
Mousse au chocolat	Entremets praliné	Orange	Crème dessert caramel
Orange	Flan chocolat	Fromage blanc coulis mangue	Kiwi
Semoule au lait café	Bouillie froment vanillée	Tapioca au lait caramel	Chou à la crème
Tartelettes pommes	Chou à la crème	Tartelettes pommes	Floraline au lait
Purée de fruits	Purée de fruits	Chou à la crème	Purée de fruits
Chou à la crème	Tartelettes pommes		
<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