



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Confort

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

CLIENT

### Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré 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>	<b>Entrées</b>
Semoule mimolette	Betteraves cuites	Carottes cuites vinaigrette	
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage crécy	
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	
Betteraves cuites		Betteraves cuites	
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	
Sauté de boeuf au jus	Rôti porc au jus	Emincé dinde au jus	
Cake aux trois fromages	Oeufs brouillés fines herbes	Quenelles brochet sauce crustacés	
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak cru	
	Escalope de volaille	Jambon blanc	
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	
Pâtes	Purée pomme de terre	Navets	
Endives braisées	Haricots beurre	Purée pomme de terre	
Haricots verts	Pâtes	Pâtes	
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	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	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	
Yaourt nature	Yaourt nature		
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé		
Fromage blanc			
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	
Purée pomme 4 épices	Entremets vanille	Gaufre au chocolat	
Flan nappé caramel	Pomme du Verger	Pomme du Verger	
Yaourt aromatisé	Mousse café	Bouillie de froment	
Tapioca lait chocolat	Riz au lait fleur oranger	Tartelettes pommes	
Tartelettes pommes	Tartelettes pommes		
	Purée de fruits		
<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>
Pomme de terre vinaigrette	Salade de perles aux petits légumes	Haricots verts V	Salade tortis tricolore nature
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Escalope porc au jus	Colin meunière citron	Cuisse de Poulet rôti	Blettes à la volaille
Sauté de boeuf au jus	Pomme de terre farcie	Omelette	<b>Plats</b>
Escalope de volaille	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Duo poisson sc crème curcuma
Jambon blanc	Steak cru	Jambon blanc	Escalope de volaille
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de volaille	Jambon blanc
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus
Haricots verts	Carottes braisées	Semoule	<b>Garnitures</b>
Coquillettes	Riz créole	Pomme de terre épinards béchamel	Purée potiron
Purée pomme de terre	Poêlée légumes	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pâtes
<b>Laitages</b>	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
Cotentin	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	<b>Laitages</b>
Fromage blanc	Purée pomme de terre	<b>Laitages</b>	Emmental
Yaourt nature	<b>Laitages</b>	Emmental	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature
<b>Desserts</b>	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Oeufs au lait	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Mousse au chocolat	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Semoule au lait café	Entremets praliné	Purée pomme miel	Clafoutis aux pommes
Tartelettes pommes	Fran chocolat	Fromage blanc coulis mangue	Crème dessert caramel
Purée de fruits	Poire	Tapioca au lait caramel	Floraline au lait
<b>Suppléments</b>	Bouillie froment vanillée	Tartelettes pommes	Purée de fruits
Petit pain	Purée de fruits	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit sucre poudre	Tartelettes pommes	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	<b>Suppléments</b>	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
Baguette	Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette tradition	Petit sucre poudre	Baguette	Baguette
Pain blanc	1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Baguette	Pain blanc	Pain blanc
Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain blanc	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain de maïs tranché	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain épeautre tranché	Pain céréales tranché	Pain de maïs tranché	Pain de maïs tranché
	Pain complet tranché	Pain épeautre tranché	Pain épeautre tranché
	Pain de maïs tranché		
	Pain épeautre tranché		