



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

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>
	Chou blanc vinaigrette sse	Betteraves à l'ail sse	Carottes râpées orange sse
	Potage poireaux pomme de terre sse	Potage de légumes sse	Potage crécly (carottes) sse
	Semoule fantaisie	Oeufs durs	Oeufs durs
	Oeufs durs	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
	1/2 Pomelos		Betteraves cuites
	Betteraves cuites	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
		Rôti de porc au jus sse	Emincé dinde sauce grand-mère sse
	<b>Plats complets</b>	Oeufs brouillés herbes sse	Filet lieu sauce oseille sse
	Tortis bolognaise sse	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
		Jambon blanc	Steak cru
	<b>Plats</b>	Escalope de volaille	Jambon blanc
	Cake aux légumes sse	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Jambon blanc	Haricots blancs sse	Navets braisés sse
	Steak haché veau jus	Haricots beurre sse	Purée pomme de terre sse
		Chou fleur et brocolis	Julienne de légumes fenouil
	<b>Garnitures</b>	Pâtes	Pâtes
	Endives braisées sse	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	<b>Laitages</b>	Haricots verts
	Pâtes	Fromage frais nature	<b>Laitages</b>
	Pomme de terre vapeur	Fromage blanc	Yaourt nature
	<b>Laitages</b>	Yaourt nature	Cotentin
	Cotentin	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
	Yaourt nature	<b>Desserts</b>	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé	Entremets vanille	<b>Desserts</b>
	Fromage blanc	Pomme du Verger	Gaufre au chocolat
	<b>Desserts</b>	Mousse café	Kiwi
	Purée pomme 4 épices	Riz au lait fleur oranger	Purée pomme ananas
	Flan nappé caramel	Tartelettes pommes	Bouillie de froment
	Yaourt aromatisé	Purée de fruits	Chou à la crème
	Tapioca lait chocolat	Chou à la crème	Tartelettes pommes
	Tartelettes pommes	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Chou à la crème	Petit pain	Petit pain
	<b>Suppléments</b>	Petit sucre poudre	Petit sucre poudre
	Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette
	Petit sucre poudre	Baguette	Baguette
	1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
	Baguette	Pain blanc	Pain blanc
	Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
	Pain blanc	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet 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		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade pomme de terre aneth sse	Salade perles citron coriandre sse	Haricots verts échalotes sse	Salade coleslaw sse
Potage de légumes sse	Potage à l'oseille sse	Potage de légumes sse	Velouté champignons sse
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Salade pâtes tricolore
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	1/2 Pomelos
			Betteraves cuites
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
Escalope porc au jus sse	Filet lieu sauce crème sse	Couscous poulet sse	Blettes à la volaille sse
Boeuf bourguignon sse	Haché de veau sauce madère sse		
Escalope de volaille	Jambon blanc	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Jambon blanc	Steak cru	Omelette sse	Duo poisson sc crème curcuma sse
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de volaille
		Jambon blanc	Jambon blanc
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Escalope de volaille	Steak haché veau jus
Embeurrée de chou sse	Carottes braisées sse	<b>Garnitures</b>	
Coquillettes sse	Riz créole sse	Pomme de terre épinards béchamel sse	<b>Garnitures</b>
Salade verte	Poêlée légumes	Salade verte	Purée potiron sse
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Pâtes	Pâtes	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>		
Cotentin	Yaourt nature	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Emmental	Yaourt nature
Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
		Yaourt nature	Fromage blanc
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Yaourt aromatisé	
Oeufs au lait	Poire	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Mousse au chocolat	Entremets praliné	Purée pomme miel	Clafoutis aux pommes
Orange	Flan chocolat	Orange	Crème dessert caramel
Semoule au lait café	Bouillie froment vanillée	Fromage blanc coulis mangue	Kiwi
Tartelettes pommes	Chou à la crème	Tapioca au lait caramel	Chou à la crème
Purée de fruits	Purée de fruits	Tartelettes pommes	Floraline au lait
Chou à la crème	Tartelettes pommes	Chou à la crème	Purée de fruits
<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