



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°30 : 22 JUILLET 2024 AU 28 JUILLET 2024

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 05 juillet**

Salade coleslaw : émincé  
chou blanc carotte mayo  
Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Salade perles italienne :  
perles, tomate, olive, basilic  
Salade soisson : haricots  
blancs, tomate, poivron,  
paprika

Escalope viennoise : filet  
volaille pané  
Sauce barbecue : Ketchup,  
moutarde, miel  
Sauce bretonne : fumet  
poisson, oignons, céleri,  
poireaux, champignons

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets  
Salade pastourelle : pâtes,  
tomates, poivrons

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade coleslaw	Salade riz, radis, concombre	Pomme de terre sauce tartare
	Taboulé	Tomate vinaigrette	Potage de légumes
	Velouté de lentilles corail	Potage crécy	Betteraves cuites
	Oeufs durs	Oeufs durs	Carottes râpées
	Carottes râpées	Carottes râpées	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
	Tortis bolognaise	Escalope viennoise	Chili con carné et riz
	Haricots verts volaille	Tarte aux légumes	Duo de poisson fondue de poireaux
		Jambon blanc	
	<b>Plats</b>	Steak haché veau jus	<b>Plats</b>
	Omelette		Jambon braisé sauce barbecue
	Escalope de poulet au jus	<b>Garnitures</b>	Escalope de poulet au jus
	Jambon blanc	Ratatouille	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Purée pomme de terre	Steak haché veau jus
		Salade verte	
	<b>Garnitures</b>	Pomme de terre vapeur	<b>Garnitures</b>
	Epinards à la crème	Haricots verts	Poêlée légumes
	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur		Pâtes
	Purée pomme de terre	<b>Laitages</b>	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Coulommiers	Purée pomme de terre
		Rondelé nature	
	<b>Laitages</b>	Yaourt nature	<b>Laitages</b>
	Petit fromage frais nature	Fromage blanc	Fondu président
	Saint Paulin		Yaourt nature
	Yaourt nature	<b>Desserts</b>	Fromage blanc
	Fromage blanc	Pêche	Camembert
	Camembert	Purée de fruits	
		Yaourt nature	<b>Desserts</b>
	<b>Desserts</b>	Pomme	Purée pomme fraise
	Entremets café ssu	Nectarine	Tapioca au lait ssu
	Fromage blanc aux fruits rouges	Tapioca au lait ssu	Pomme
	Abricots		Pêche
	Purée de fruits	<b>Suppléments</b>	Nectarine
	Bouillie de froment café ssu	Petit pain	Riz au lait ssu
	Pomme	1/2 baguette	
	Nectarine	Baguette	<b>Suppléments</b>
	Pêche	Baguette tradition	Petit pain
		Boule blanche tranchée	1/2 baguette
	<b>Suppléments</b>	Pain campagne tranché	Baguette
	Petit pain	Pain céréales tranché	Baguette tradition
	1/2 baguette	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée
	Baguette		Pain campagne tranché
	Baguette tradition		Pain céréales tranché
	Boule blanche tranchée		Pain complet tranché
	Pain campagne tranché		
	Pain céréales tranché		
	Pain complet tranché		

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Courgettes et carottes râpées	Haricots verts V	Macédoine légumes mayo	Melon
Betteraves à la framboise	Potage poireaux p. de terre	Concombre vinaigrette	Salade soisson
Potage au pistou	Salade perles italienne	Potage à la tomate	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
	Carottes râpées	Oeufs durs	Carottes râpées
	Betteraves cuites	Carottes râpées	Betteraves cuites
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Poulet rôti herbes de provence	Lieu sauce bretonne	Emincé dinde au jus	Colombo de porc
Paupiette veau	Crêpe au fromage	Courgette farçie	Poulet rôti (cuisse)
Museau porc vinaigrette échalote persil	Escalope de poulet au jus	Frittata à la tomate	Marmite de poisson
Jambon blanc	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
		Steak haché veau jus	
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Petits pois	Riz créole	Chou-fleur et romanesco	Pâtes farfalles
Lentilles	Tajine de légumes	Semoule	Haricots beurre
Salade pastourelle	Salade verte	Pommes de terre boulangères	Riz créole
Haricots verts	Pâtes	Pâtes	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	
Pâtes	Haricots verts	Purée pomme de terre	<b>Laitages</b>
			Petit fromage aux noix
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Camembert
Bûchette mi-chèvre	Yaourt nature	Fraidou	Yaourt nature
Fromage frais ail fines herbes	Pavé 1/2 sel	Edam	Fromage blanc
Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert	
Fromage blanc	Camembert	Fromage blanc	<b>Desserts</b>
Camembert		Yaourt nature	Fondant pommes chocolat ssu
	<b>Desserts</b>		Pomme
<b>Desserts</b>	Purée pomme abricot	<b>Desserts</b>	Purée de fruits
Moelleux vanille ssu	Crème pâtissière griottes ssu	Bouillie froment cannelle ssu	Nectarine
Prunes	Semoule au lait café ssu	Nectarine	Pêche
Purée de fruits	Pomme	Purée de fruits	Floraline au lait fleur oranger ssu
Bouillie froment ssu	Pêche	Tapioca au lait ssu	
Pêche	Nectarine	Pêche	<b>Suppléments</b>
Nectarine		Pomme	Petit pain
Pomme	<b>Suppléments</b>		1/2 baguette
	Petit pain	<b>Suppléments</b>	Baguette
<b>Suppléments</b>	1/2 baguette	Petit pain	Baguette tradition
Petit pain	Baguette	1/2 baguette	Boule blanche tranchée
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette	Pain campagne tranché
Baguette	Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Pain céréales tranché
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché
Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	
Pain céréales tranché		Pain complet tranché	
Pain complet tranché		Pain de maïs tranché	
Pain de maïs tranché			