



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°40 : 30 SEPTEMBRE 2024 AU 06 OCTOBRE 2024

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 13 septembre**

Salade italienne : pâte,  
tomate, poivron, olive  
Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Semoule fantaisie : semoule,  
maïs, tomate

Salade louisette : tomate,  
raisins

Salade coleslaw : émincé  
chou blanc carotte mayo  
Crème soubise : crème,  
oignons

Salade Marco Polo : pâtes,  
surimi, poivrons, mayonnaise  
Sauce piquante : tomate,  
cornichon, estragon

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets  
Salade nicarde : pomme de  
terre, tomate, haricots verts,  
vinaigrette

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Carottes râpées vinaigre cidre	Betteraves cuites	Tomate vinaigrette
	Salade exotique	Concombre ciboulette	Salade pâtes tricolore
	Potage de céleri	Potage de légumes	Velouté de lentilles corail
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Carottes râpées	Carottes râpées
			Betteraves cuites
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Cassoulet	Gratin de pomme de terre à la mortadelle	Cassolette poisson légumes
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Filet de poulet sauce au poivre	Emincé dinde crème oignons	Boulettes boeuf sauce forestière
	Omelette	Filet de lieu sauce tajine	Rognons porc sauce madère
	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
		Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Mitonnée de légumes	Chou-fleur curcuma	Riz créole
	Poireaux béchamel	Semoule	Carottes persillées
	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pâtes	Pâtes	Pâtes
	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Yaourt nature	Fraidou	Brie
	Fromage frais ail fines herbes	Coulommiers	Fromage blanc
	Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
	Camembert	Yaourt nature	
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Purée pommes	Tapioca au lait ssu	Entremets vanille ssu
	Riz au lait café ssu	Prunes	Semoule lait fleur oranger ssu
	Poire	Purée de fruits	Pomme
	Pomme	Pomme	Purée de fruits
	Prunes	Poire	Poire
		Bouillie froment vanillée ssu	Prunes
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
	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

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Pâté de foie	Macédoine légumes mayo	Chou rouge vinaigrette cassis	Rillettes
Salade coleslaw	Crème soubise	Salade arlequin	Céleri rémoulade
Potage de légumes	Betteraves cuites	Potage de légumes	Potage crécy
Betteraves cuites	Carottes râpées	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Carottes râpées	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Oeufs durs		Carottes râpées	Carottes râpées
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Tortis poulet sauce crème champignons	Colin meunière	Courgettes aux boeuf	Sauté porc pruneaux
	Colombo de volaille		Feuilleté poisson beurre blanc
	Quiche lorraine		Jambon blanc
<b>Plats</b>	Escalope de poulet au jus	<b>Plats</b>	Escalope de poulet au jus
Jambon sauce porto	Jambon blanc	Poulet sauce marchand de vin	Steak haché veau jus
Oeufs brouillés	Steak haché veau jus	Lieu sauce aneth	
Escalope de poulet au jus		Steak haché veau jus	
Jambon blanc	<b>Garnitures</b>	Jambon blanc	<b>Garnitures</b>
Steak haché veau jus	Purée potiron		Carottes et navets
	Riz créole	<b>Garnitures</b>	Lentilles
<b>Garnitures</b>	Salade verte	Coquillettes	Riz aux petits légumes
Haricots verts oignons	Haricots verts	Julienne de légumes	Pomme de terre vapeur
Pommes de terre boulangères	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pâtes			Pâtes
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fondu président	Gouda	Fromage frais sel Guérande	Petit fromage aux noix
Saint Paulin	Pavé 1/2 sel	Bûchette mi-chèvre	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage blanc	Fromage blanc	Camembert	Camembert
Camembert	Camembert	Fromage blanc	
Fromage blanc			<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Fondant pommes chocolat ssu
Clafoutis aux pommes ssu	Crème pâtissière cacao ssu	Purée pommes	Orange
Kiwi	Pomme	Bouillie froment ssu	Purée de fruits
Purée de fruits	Purée de fruits	Pomme	Kiwi
Poire	Poire	Poire	Pomme
Pomme	Prunes	Prunes	Poire
Prunes	Kiwi	Kiwi	Prunes
Riz au lait vanillé ssu	Tapioca au lait ssu		Semoule au lait ssu
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
Petit pain	Petit pain	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Baguette	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
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 de maïs tranché	Pain complet tranché