



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°50 : 09 DÉCEMBRE 2024 AU 15 DÉCEMBRE 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 22 novembre

Salade pastourelle : pâte,
tomate, poivron

Salade coleslaw : carotte et
chou blanc râpée,
mayonnaise

Salade riz fantaisie : riz,
tomate, mais

Chou-fleur à la parisienne :
chou-fleur, dés de jambon,
béchamel

Poêlée campagnarde lardons

: haricots verts et beurre,
pomme de terre, lardons

Riz cantonnais : riz, dés de
jambon, petits pois, oeufs,
carotte, oignon

Oeufs durs florentine : oeufs
durs, béchamel, épinards

Charcutière : moutarde,
tomate, cornichon

Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Radis sauce fromage blanc ciboulette	Carottes râpées	Macédoine légumes mayo
	Potage potiron	Potage crécy	Potage de légumes
	Oeufs durs	Salade pomme de terre ciboulette	Taboulé
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
	Carottes râpées	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Plats complets	Plats complets	Plats complets
	Choucroute	Poêlée campagnarde lardons	Lasagnes bolognaise
	Plats	Plats	Parmentier de poisson au potiron
	Crêpe au fromage	Blanquette volaille	Plats
	Jambon blanc	Quenelles brochet sauce crustacés	Escalope de poulet au jus
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc
	Filet de poulet à l'ancienne	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
	Garnitures	Garnitures	Garnitures
	Pâtes papillons	Riz créole	Navets
	Fondue de poireaux	Brunoise de légumes	Haricots verts
	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Laitages	Laitages	Laitages
	Fromage frais ail fines herbes	Brie	Yaourt nature
	Gouda	Fondu président	Pavé 1/2 sel
	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc
	Fromage blanc	Fromage blanc	Camembert
	Camembert	Desserts	Desserts
	Desserts	Clémentines	Purée pomme vanille
	Pomme entière four cannelle ssu	Purée de fruits	Kiwi
	Purée de fruits	Bouillie froment ssu	Semoule au lait vanille ssu
	Bouillie froment ssu	Poire	Orange
	Poire	Purée de fruits	Poire
	Pomme	Pomme	Pomme
	Kiwi	Kiwi	Suppléments
	Orange	Orange	Petit pain
	Suppléments	Suppléments	1/2 baguette
	Petit pain	Petit pain	Baguette
	1/2 baguette	1/2 baguette	Baguette tradition
	Baguette	Baguette	Boule blanche tranchée
	Baguette tradition	Baguette tradition	Pain campagne tranché
	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché
	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché
	Pain complet tranché	Pain complet tranché	

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Céleri rémoulade cumin	Salade pastourelle	Betteraves à l'aïl	Salade coleslaw
Velouté de lentilles corail	Potage de légumes	Crème de champignons	Potage poireaux p. de terre
Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs	Salade riz fantaisie
Oeufs durs	Betteraves cuites	Salade lentilles échalotes	Betteraves cuites
	Carottes râpées	Carottes râpées	Oeufs durs
	Chou rouge vinaigrette cassis		Carottes râpées
Plats complets	Plats	Plats complets	Plats complets
Riz cantonnais	Colin meunière	Blettes à la volaille	Oeufs durs florentine
Chou vert braisé au boeuf	Tarte aux légumes		
Plats	Escalope de poulet au jus	Plats	Plats
Poulet sauce marchand de vin	Jambon blanc	Jambonneau sauce moutarde	Sauté boeuf bourguignon
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Omelette	Escalope de poulet au jus
Jambon blanc		Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus		Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Garnitures	Steak haché veau jus	Filet lieu sauce citron
Garnitures	Haricots beurre		
Carottes au beurre persillé	Salade verte	Garnitures	Garnitures
Haricots verts	Haricots coco	Purée pomme de terre muscade	Pâtes tortis
Pâtes	Pâtes	Poêlée légumes	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre
		Pomme de terre vapeur	Carottes aux oignons
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Petit fromage aux noix	Carré fromager	Fraidou	Fromage frais sel Guérande
Edam	Yaourt nature	Camembert	Yaourt nature
Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc		Yaourt nature	Camembert
Yaourt nature			
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Moelleux poire ssu	Orange	Pomme	Clafoutis quetsches ssu
Kiwi	Purée pommes	Bouillie froment oranger ssu	Semoule lait cacao ssu
Purée de fruits	Floraline au lait café ssu	Purée de fruits	Poire
Riz au lait ssu	Poire	Poire	Purée de fruits
Poire	Pomme	Kiwi	Pomme
Pomme	Kiwi	Orange	Orange
Orange	Suppléments		Kiwi
	Petit pain	Suppléments	
Suppléments	1/2 baguette	Petit pain	Suppléments
Petit pain	Baguette	1/2 baguette	Petit pain
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette	1/2 baguette
Baguette	Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Baguette
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché		Pain complet tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché			Pain complet tranché
Pain de maïs tranché			