



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°51 : 16 DÉCEMBRE 2024 AU 22 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 29 novembre

Salade colorée : chou rouge,  
carottes râpées, radis  
Crème soubise : crème,  
oignons

Salade pastourelle : pâte,  
tomate, poivron

Salade riz exotique : riz,  
tomate, maïs, ananas

Potée auvergnate : échine de  
porc, poitrine fumée, chou,  
pomme de terre

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

Calamars à la romaine :  
Lamelles d'encornets panées

Clafoutis d'Automne :  
champignons, panais  
Sauce normande : crème,  
champignons, oignons

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Céleri sauce citron aneth	Crêpe au fromage	Salade colorée
	Poireaux V	Potage de légumes	Potage de céleri
	Crème soubise	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
	Oeufs durs	Carottes râpées	Salade riz exotique
	Carottes râpées		
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Parmentier potiron lentilles	Chou-fleur parisienne	Farfalles à la bolognaise
			Gratin poisson légumes
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Sauté de dinde sauce normande	Clafoutis d'automne	Escalope de poulet au jus
	Croisillons aux champignons	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
	Jambon blanc	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Oeufs brouillés
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Poêlée légumes	Haricots verts	Haricots verts
	Salade verte	Pâtes	Pâtes
	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur		Chou romanesco et brocoli
	Purée pomme de terre		
		<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	<b>Laitages</b>	Yaourt nature	Pavé 1/2 sel
	Coulommiers	Emmental	Edam
	Yaourt nature	Camembert	Camembert
	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
			Yaourt nature
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Tapioca au lait ssu	Purée pomme agrumes	Entremets vanille ssu
	Kiwi	Poire	Semoule au lait café ssu
	Purée de fruits	Riz au lait ssu	Purée de fruits
	Orange	Orange	Pomme du Verger
	Poire	Kiwi	Orange
	Pomme	Pomme	Kiwi
	Floraline lait ssu		Poire
		<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 céréales tranché	Pain blanc
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
	Pain complet tranché		Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Saucisson ail	Salade vendéenne	Haricots verts échalotes	Galantine volaille
Potage de légumes	Velouté de lentilles corail	Potage de légumes	Potage potiron
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Carottes râpées	Carottes râpées	Carottes râpées	Radis blanc rémoulade
	Salade pomme de terre moutarde à l'ancienne	Salade pastourelle	Carottes râpées
<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Couscous de poulet	Céleri volaille sauce tomate	Boudin noir	Lasagne aux poireaux
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Jambon braisé	<b>Plats</b>
Palette porc romarin	Filet de lieu sauce oseille	Escalope de poulet au jus	Duo poisson sc crème curcuma
Tarte au fromage	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	Goulash de boeuf	Jambon blanc
Jambon blanc	Steak haché veau jus	<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus		Purée pomme de terre	
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Endives béchamel	<b>Garnitures</b>
Petits pois	Riz créole	Pâtes	Carottes champignons persil
Salade verte	Haricots verts	Haricots verts	Pâtes
Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Navets	Pomme de terre vapeur
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	<b>Laitages</b>	Purée pomme de terre
Pâtes	Blettes ail persil	Gouda	
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Yaourt nature	<b>Laitages</b>
Fondu président	Petit fromage aux noix	Fromage blanc	Petit fromage frais nature
Camembert	Camembert	Camembert	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc		Yaourt nature
Yaourt nature	Yaourt nature	<b>Desserts</b>	Carré fromager
Mimolette		Pomme du Verger	<b>Desserts</b>
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Bouillie froment ssu	Far nature ssu
Fondant cacao café ssu	Purée pomme poire	Purée de fruits	Clémentines
Orange	Fromage blanc coulis mangue	Poire	Purée de fruits
Riz au lait vanillé ssu	Tapioca au lait ssu	Orange	Orange
Poire	Poire	Kiwi	Kiwi
Pomme	Pomme	<b>Suppléments</b>	Poire
Kiwi	Orange	Petit pain	Pomme
Purée de fruits	<b>Suppléments</b>	1/2 baguette	Floraline lait ssu
<b>Suppléments</b>	Petit pain	Baguette	<b>Suppléments</b>
Petit pain	1/2 baguette	Baguette tradition	Petit pain
1/2 baguette	Baguette	Boule blanche tranchée	1/2 baguette
Baguette	Baguette tradition	Pain blanc	Baguette
Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain de maïs tranché	Pain céréales tranché
Pain complet tranché			Pain complet tranché
Pain de maïs tranché			