



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°1 : 30 DÉCEMBRE 2024 AU 05 JANVIER 2025

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 13 décembre

Mardi 31 décembre : Menu C  
: menu du soir du réveillon  
Mercredi 01 janvier : Menu A  
et B menu du Nouvel An

Salade pastourielle : pâte,  
tomate, poivron

Salade vitaminée : carotte,  
chou chinois, vinaigrette à  
l'orange

Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Salade vitaminée : carotte,  
chou chinois, vinaigrette à  
l'orange

Salade soisson : haricots  
blancs, tomate, poivron,  
paprika

Bœuf façon Baeckoffe: P. de  
terre en lamelles, oignons,  
bœuf égréné

Sce grand-mère : crème,  
lardons, champignons,  
oignons

Sauce bordelaise : vin rouge,  
échalotes et oignons

Charcutière : moutarde,  
tomate, cornichon

Sauce madère : base de  
braisage, roux, madère

Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

LUNDI	MARDI	MERCREDI
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Salade lentilles échalotes	Macédoine légumes mayo	Terrine de lapin et confit d'oignons
Betteraves cuites	Semoule fantaisie	Terrine de saumon sauce crème ciboulette
Potage de légumes	Velouté au panais et épices	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Oeufs durs
<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
Parmentier de poisson	Cassolette au saumon crème poireau et carotte	Chou-fleur à la volaille
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Emincé dinde sc gd-mère	Paupiette veau sauce bordelaise	Filet mignon de porc sauce forestière
Crêpe au jambon fromage	Sauté porc charcutière	Filet de limande beurre à l'orange
Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
Haricots beurre	Pâtes tortis	Rosti de légumes
Endives braisées	Navets	Riz pilaf oignons
Pâtes tortis	Haricots verts	Haricots verts
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fraidou	Yaourt nature	Purée pomme de terre
Coulommiers	Rondelé nature	Tomme grise
Yaourt nature	Fromage blanc	Saint Nectaire
Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	Fromage blanc
Entremets café ssu	Purée pomme vanille	Camembert
Kiwi	Panna cotta ssu	<b>Desserts</b>
Purée de fruits	Bouillie de froment café ssu	Mille-feuille
Tapioca au lait ssu	Pomme	Semoule au lait ssu
Pomme	Poire	Clémentines
Poire	Orange	Poire
Orange	Kiwi	Pomme
<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	Kiwi
Petit pain	Petit pain	Orange
1/2 baguette	1/2 baguette	<b>Suppléments</b>
Baguette	Baguette	Petit pain
Baguette tradition	Baguette tradition	1/2 baguette
Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Baguette
		Baguette tradition
		Boule blanche tranchée
		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>
Pomme de terre au museau	Carottes cuites agrumes	Chou-fleur vinaigrette	Betteraves à l'orange ciboulette
Poireaux V	Salade pastourelle	Potage de légumes	Salade riz surimi
Potage potiron	Potage poireaux p. de terre	Betteraves cuites	Potage paysanne
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Oeufs durs		
<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
Coquillettes à la parisienne	Blanquette de poisson	Boeuf Baeckoffe	Céleri volaille et pomme de terre
	Jambon braisé sc madère		Raviolis boeuf sauce tomate
<b>Plats</b>	Clafoutis chèvre	<b>Plats</b>	
Omelette	Escalope de poulet au jus	Poulet paprika	<b>Plats</b>
Jambon blanc	Jambon blanc	Colin pané	Palette de porc aux oignons
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
		Jambon blanc	Steak haché veau jus
<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus
Poêlée légumes	Riz créole	<b>Garnitures</b>	
Boulgour	Chou vert braisé	Petits pois	<b>Garnitures</b>
Purée pomme de terre	Epinards à la crème	Julienne de légumes	Purée potiron
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes	Pâtes
Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
	Purée pomme de terre	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Fromage frais ail fines herbes	Brie	Pavé 1/2 sel	Fromage frais sel Guérande
Gouda	Fondu président	Yaourt nature	Emmental
Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Yaourt nature	Yaourt nature	Camembert	Camembert
Camembert			Yaourt nature
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Pomme	Purée pommes	Crème pâtissière café ssu	Moelleux vanille ssu
Fromage blanc myrtille	Poire	Fromage blanc nature	Orange
Purée de fruits	Pomme	Pomme	Purée de fruits
Riz au lait ssu	Kiwi	Purée de fruits	Floraline au lait fleur orange ssu
Poire	Orange	Tapioca lait cacao ssu	Poire
Orange	Bouillie froment vanillée ssu	Poire	Pomme
Kiwi		Kiwi	Kiwi
		Orange	
<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 complet tranché	Pain complet tranché