



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

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

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 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
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Betteraves cuites	Semoule mimolette	Terrine de lapin	Terrine de lapin
Potage de légumes	Velouté au panais et épices	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats
Parmentier de poisson	Cassiolette au saumon crème poireau et carotte	Filet mignon de porc au jus	Filet mignon de porc au jus
		Emincé dinde au jus	Emincé dinde au jus
Plats	Plats	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus
Crêpe au jambon fromage	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Jambon blanc
Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Jambon blanc		
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Haricots beurre	Navets	Rosti de légumes	Rosti de légumes
Endives braisées	Pâtes tortis	Riz pilaf	Riz pilaf
Pâtes tortis	Haricots verts	Haricots verts	Haricots verts
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
		Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Fraidou	Yaourt nature	Tomme grise	Tomme grise
Yaourt nature	Fromage blanc	Saint Nectaire	Saint Nectaire
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt nature
	Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc
Desserts	Desserts	Camembert	Camembert
Entremets café	Pomme	Desserts	Desserts
Liégeois chocolat	Panna cotta caramel	Mille-feuille	Mille-feuille
Tapioca au lait caramel	Purée pomme vanille	Yaourt nature	Yaourt nature
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Tartelette pommes
Purée de fruits	Bouillie froment café	Semoule au lait	Semoule au lait
Suppléments	Suppléments	Suppléments	Suppléments
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 céréales tranché	Pain céréales tranché
		Pain complet tranché	Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Pomme de terre vinaigrette	Carottes cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
Potage potiron	Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
Betteraves cuites	Oeufs durs		
Plats complets	Plats	Plats	Plats complets
Coquillettes à la parisienne	Blanquette de poisson	Poulet rôti (cuisse)	Céleri volaille et pomme de terre
	Clafoutis de légumes	Colin pané	
Plats	Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Plats
Omelette	Jambon blanc	Jambon blanc	Palette de porc
Jambon blanc	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Jambon blanc
Steak haché veau jus			Steak haché veau jus
	Garnitures	Garnitures	Escalope de poulet au jus
Garnitures	Riz créole	Purée pomme de terre	
Poêlée légumes	Epinards	Julienne de légumes	Garnitures
Boullgour	Haricots verts	Pâtes	Purée potiron
Purée pomme de terre	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Haricots verts
Haricots verts	Purée pomme de terre		Purée pomme de terre
Pâtes		Laitages	Pomme de terre vapeur
	Laitages	Pavé 1/2 sel	
Laitages	Petit fromage frais nature	Yaourt nature	Laitages
Fromage frais ail fines herbes	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage frais sel Guérande
Gouda	Yaourt nature	Fromage blanc	Emmental
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Camembert	Yaourt aromatisé
Yaourt nature			Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Desserts	Desserts	Camembert
Camembert	Flan vanille	Crème pâtissière noix de coco	Yaourt nature
	Purée pomme miel	Pomme	
Desserts	Poire	Crème dessert vanille	Desserts
Pomme	Tartelette pommes	Purée de fruits	Moelleux vanille
Liégeois café	Bouillie froment vanillée	Tartelette pommes	Yaourt aromatisé
Riz au lait		Tapioca lait chocolat	Tartelette pommes
Purée de fruits	Suppléments		Purée de fruits
Tartelette pommes	Petit pain	Suppléments	Floraline lait fleur d'oranger
	1/2 baguette	Petit pain	
Suppléments	Baguette	1/2 baguette	Suppléments
Petit pain	Baguette tradition	Baguette	Petit pain
1/2 baguette	Boule blanche tranchée	Baguette tradition	1/2 baguette
Baguette	Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	Baguette
Baguette tradition	Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché		Pain complet tranché	Pain campagne tranché
Pain céréales tranché			Pain céréales tranché
Pain complet tranché			Pain complet tranché