



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°2 : 06 JANVIER 2025 AU 12 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 20 décembre**

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

Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Salade Marco polo : pâte,  
poivron, surimi

Crème soubise : crème,  
oignons

Salade tourangelles : pomme  
de terre, échalotes,  
flageolets, haricots verts

Sauce chasseur : carotte,  
oignons, champignons  
Bordelaise : vin rouge,  
échalotes et oignons  
Frittata : omelette

Mitonnée d'hiver : salsifis,  
carottes, champignons  
Poêlée de légumes : haricots  
verts, carottes, navets

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Chou rouge vinaigrette cassis	Salade vitaminée	Betteraves cuites
	Haricots verts V	Salade pâtes basilic	Taboulé
	Potage de légumes	Velouté de lentilles corail	Potage de légumes
	Carottes râpées	Oeufs durs	Carottes râpées
	Oeufs durs	Pâté de campagne	Oeufs durs
	Pâté de campagne	Betteraves cuites	Pâté de campagne
	Betteraves cuites		
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
	Risotto de poisson	Hachis parmentier	Boulettes agneau curry
			Poulet sauce estragon
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Tarte aux poireaux
	Emincé de dinde chasseur	Escalope porc sauce oignons	Escalope de poulet au jus
	Rognons de boeuf sauce bordelaise	Frittata aux champignons	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>	Pâtes tortis
	Carottes	Petits pois	Poêlée légumes
	Pommes de terre boulangères	Mitonnée d'hiver	Salade verte
	Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Pâtes	Purée pomme de terre
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	
			<b>Laitages</b>
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	Camembert
	Fondu président	Petit moulé nature	Fraidou
	Edam	Yaourt nature	Fromage blanc
	Camembert	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
	Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Yaourt aromatisé	Camembert	
	Fromage blanc		<b>Desserts</b>
		<b>Desserts</b>	Poire
	<b>Desserts</b>	Entremets caramel	Purée pomme spéculoos
	Bouillie froment fleur oranger	Pomme	Yaourt aromatisé
	Clémentines	Mousse café	Bouillie froment chocolat
	Flan chocolat	Riz au lait	Chou à la crème
	Semoule au lait	Tartelette pommes	Tartelette pommes
	Tartelette pommes	Purée de fruits	
	Purée de fruits	Chou à la crème	
	Chou à la crème		<b>Suppléments</b>
		<b>Suppléments</b>	Petit pain
	<b>Suppléments</b>	Petit pain	1/2 baguette
	Petit pain	1/2 baguette	Baguette
	1/2 baguette	Baguette	Baguette tradition
	Baguette	Baguette tradition	Boule blanche tranchée
	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché
	Boule blanche tranchée		Pain céréales tranché
			Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Pâté de foie	Salade pomme de terre échalotes	Salade fantaisie	Radis blanc rémoulade
Carottes râpées	Oeufs durs	Salade marco polo	Salade tourangelles
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Crème soubise	Potage de légumes
Betteraves cuites	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Carottes râpées
Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
	Carottes râpées	Carottes râpées	Pâté de campagne
	Carottes râpées	Oeufs durs	Oeufs durs
<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>
Potée au jambonneau	Curry de lentilles et riz	Gratin poisson légumes	Poulet rôti (cuisse)
Haricots verts volaille			Filet de lieu sauce échalotes citron
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	Croque monsieur
Boeuf mode	Colin d'Alaska meunière	Saucisse de Toulouse	Jambon blanc
Escalope de poulet au jus	Cake bleu dés poire	Omelette	Steak haché veau jus
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>	<b>Garnitures</b>
Purée pomme de terre	Chou-fleur et romanesco	Haricots coco	Pomme de terre rissolées
Haricots verts	Salade verte	Epinards béchamel	Carottes au cumin
Pâtes	Haricots verts	Haricots verts	Salade verte
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
Yaourt nature	Gouda	Petit fromage aux noix	Crème anglaise
Fromage frais ail fines herbes	Rondelé nature	Yaourt aromatisé	Emmental
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt nature	Camembert
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
Camembert	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature
	Camembert		Yaourt aromatisé
<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Moelleux au citron	Liégeois chocolat	Crème pâtissière rhum	Fondant chocolat pomme
Flan nappé caramel	Clémentines	Kiwi	Pomme
Kiwi	Purée pomme ananas cannelle	Semoule au lait	Liégeois vanille
Tapioca lait vanille	Floraline au lait café	Tartelette pommes	Riz au lait
Tartelette pommes	Chou à la crème	Purée de fruits	Tartelette pommes
Purée de fruits	Tartelette pommes	Chou à la crème	Purée de fruits
Chou à la crème			Chou à la crème
<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