



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Confort

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
Entrées	Entrées	Entrées
Haricots verts V	Carottes cuites au cumin	Betteraves cuites
Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	
Plats complets	Plats complets	Plats
Risotto de poisson	Hachis parmentier	Poulet sauce estragon
Plats	Plats	Steak haché veau jus
Emincé dinde au jus	Omelette	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
Jambon blanc	Jambon blanc	
Steak haché veau jus	Steak haché veau jus	Garnitures
Garnitures	Garnitures	Pâtes tortis
Carottes	Haricots beurre	Purée potiron
Haricots verts	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pâtes	Purée pomme de terre
Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Laitages	Laitages	Laitages
Fondu président	Purée pomme de terre	Camembert
Edam	Laitages	Fraidou
Yaourt nature	Petit moulé nature	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt nature
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Desserts	Desserts	Desserts
Bouillie froment fleur oranger	Fromage blanc	Poire
Flan chocolat	Desserts	Purée pomme spéculoos
Semoule au lait	Entremets caramel	Yaourt aromatisé
Tartelette pommes	Pomme	Bouillie froment chocolat
Purée de fruits	Mousse café	Tartelette pommes
Suppléments	Riz au lait	Suppléments
Petit pain	Tartelette pommes	Petit pain
1/2 baguette	Purée de fruits	1/2 baguette
Baguette	Suppléments	Baguette
Baguette tradition	Petit pain	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	1/2 baguette	Boule blanche tranchée
	Baguette	Pain campagne tranché
	Baguette tradition	Pain céréales tranché
	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Brunoise de légumes	Salade de pommes de terre vinaigrette	Salade pâtes basilic	Haricots verts V
Potage poireaux p. de terre	Potage de légumes	Potage de légumes	Potage de légumes
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Plats complets	Plats	Plats complets	Plats
Haricots verts volaille	Filet lieu sauce citron	Gratin poisson légumes	Poulet rôti (cuisse)
Plats	Jambon blanc	Plats	Filet lieu sauce citron
Boeuf mode	Escalope de poulet au jus	Rôti porc au jus	Jambon blanc
Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
Jambon blanc	Garnitures	Jambon blanc	Garnitures
Steak haché veau jus	Riz créole	Steak haché veau jus	Pomme de terre vapeur
Garnitures	Purée pomme de terre	Omelette	Carottes au cumin
Purée pomme de terre	Haricots verts	Garnitures	Haricots verts
Haricots verts	Pâtes	Epinards béchamel	Pâtes
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Laitages	Pâtes	Laitages
Laitages	Gouda	Pomme de terre vapeur	Crème anglaise
Yaourt nature	Rondelé nature	Purée pomme de terre	Emmental
Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Laitages	Fromage blanc
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Petit fromage aux noix	Yaourt nature
Desserts	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé
Moelleux au citron	Desserts	Yaourt nature	Desserts
Tapioca lait vanille	Pomme	Fromage blanc	Fondant chocolat pomme
Tartelette pommes	Liégeois chocolat	Desserts	Pomme
Purée de fruits	Floraline au lait café	Crème pâtissière rhum	Liégeois vanille
Suppléments	Tartelette pommes	Semoule au lait	Riz au lait
Petit pain	Suppléments	Tartelette pommes	Tartelette pommes
1/2 baguette	Petit pain	Purée de fruits	Purée de fruits
Baguette	1/2 baguette	Suppléments	Suppléments
Baguette tradition	Baguette	Petit pain	Petit pain
Boule blanche tranchée	Baguette tradition	1/2 baguette	1/2 baguette
Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée	Baguette	Baguette
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain complet tranché	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
		Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
		Pain complet tranché	Pain complet tranché