



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°4 : 20 JANVIER 2025 AU 26 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 03 janvier

Salade coleslaw : carotte et
chou blanc râpée,
mayonnaise

Salade parisienne : pomme
de terre, jambon, tomate,
cornichon

Salade pastourèle : pâte,
tomate, poivron

Salade champêtre : chou
rouge, lardons, noix

Sauce piquante : tomate,
cornichon, estragon

Sauce normande : crème,
champignons, oignons

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Salade coleslaw sse	Betteraves vinaigrette sse	Céleri citron aneth sse
Potage de légumes sse	Velouté champignons sse	Potage de légumes sse
Betteraves cuites	Carottes râpées	Carottes râpées
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
		Betteraves cuites
Plats	Plats complets	Plats
Escalope de porc aux oignons sse	Parmentier boeuf potiron sse	Sauté de dinde champignons sse
Poulet paprika sse		
Steak haché veau jus	Plats	Lieu sauce aneth sse
	Jambon sse	Escalope de poulet au jus
	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Lentilles sse	Coquillettes sse	Riz créole sse
Haricots verts sse	Haricots verts	Epinards béchamel sse
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Haricots verts	Jardinière légumes	Pomme de terre vapeur
Pâtes		Haricots verts
Salade verte		
Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Petit fromage frais nature	Fromage frais nature
Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Fromage blanc
Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Desserts	Desserts	Desserts
Purée pomme agrumes	Semoule au lait	Entremets praliné
Mousse au chocolat	Liégeois café	Pomme du Verger
Flan nappé caramel	Bouillie froment chocolat	Crème dessert caramel
Riz au lait vanillé	Clémentines	Tartelette pommes
Chou à la crème	Chou à la crème	Chou à la crème
Tartelette pommes	Tartelette pommes	Purée de fruits
	Purée de fruits	Tapioca au lait
Suppléments	Suppléments	Suppléments
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 campagne tranché
		Pain céréales tranché
		Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Macédoine légumes sse	Salade pastourelle sse	Radis blanc rémoulade sse	Carotte cuite citron coriandre sse
Velouté de lentilles corail sse	Potage de légumes sse	Potage crécy (carottes) sse	Potage de légumes sse
Carottes râpées	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Carottes râpées	Oeufs durs
Oeufs durs	Carottes râpées		
Plats	Plats	Plats	Plats
Escalope porc au jus sse	Filet de lieu sauce citron sse	Poulet rôti (cuisse) sse	Goulash de boeuf sse
Escalope de poulet au jus sse	Haché de veau sauce normande sse	Omelette sse	Saumonette sauce oseille sse
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Garnitures
Chou-fleur béchamel sse	Fondue poireaux carottes sse	Petits pois sse	Pâtes papillons sse
Navets crème au curry sse	Riz créole sse	Pomme de terre boulangères sse	Poêlée de légumes sse
Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pâtes	Haricots verts
Haricots verts	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	
Laitages	Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Salade verte	Yaourt aromatisé	Petit fromage aux noix
Yaourt aromatisé	Laitages	Emmental	Fromage blanc
Fromage blanc	Emmental	Fromage blanc	Yaourt nature
	Yaourt aromatisé	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Desserts	Desserts	Desserts	Desserts
Gateau marbré	Fromage blanc	Pomme du Verger	Clafoutis aux raisins
Flan vanille	Yaourt nature	Flan chocolat	Orange
Kiwi	Desserts	Entremets café	Tartelette pommes
Chou à la crème	Crème pâtissière amandes	Purée de fruits	Chou à la crème
Tartelette pommes	Purée pomme pruneau	Tartelette pommes	Purée de fruits
Purée de fruits	Poire	Chou à la crème	Crème dessert vanille
Riz au lait	Chou à la crème	Tapioca lait fleur oranger	Semoule au lait café
Suppléments	Tartelette pommes		
Petit pain	Floraline lait vanille	Suppléments	Suppléments
1/2 baguette	Suppléments	Petit pain	Petit pain
Baguette	Petit pain	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette tradition	1/2 baguette	Baguette	Baguette
Boule blanche tranchée	Baguette	Baguette tradition	Baguette tradition
Pain campagne tranché	Baguette tradition	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
	Pain céréales tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
	Pain complet tranché		