



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°9 : 24 FÉVRIER 2025 AU 02 MARS 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 07 février

Salade exotique : riz, tomate,  
ananas, maïs

Salade fantaisie : céleri,  
pomme, ananas, raisin sec  
Chou-fleur sauce gribiche :  
chou-fleur, mayonnaise,  
cornichons, oeuf dur, persil,  
estragon

Salade pâtes tricolore : pâtes,  
olives, poivrons

Salade vendéenne : chou  
blanc rapé, raisins

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 exotique	Salade fantaisie	Pâté de campagne
	Chou-fleur sauce gribiche	Velouté potiron	Betteraves cuites
	Potage crécy	Oeufs durs	Potage de légumes
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Oeufs durs
	Oeufs durs	Salade pâtes tricolore	Carottes râpées
	Carottes râpées	Carottes râpées	
	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
	Parmentier de poisson	Blettes à la volaille	Cassolette de poisson fondue de poireaux
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
	Emincé dinde sc gd-mère	Jambon braisé sc madère	Omelette
	Croque monsieur	Paupiette veau	Escalope de poulet au jus
	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus
		Steak haché veau jus	
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
	Haricots beurre	Purée pois cassés	Pâtes aux champignons
	Salade verte	Carottes	Haricots verts
	Pâtes tortis	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Épinards braisés
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Fraidou	Pâtes	Carré fromager
	Coulommiers	<b>Laitages</b>	Petit fromage aux noix
	Yaourt nature	Fromage frais ail fines herbes	Yaourt nature
	Fromage blanc	Yaourt nature	Fromage blanc
		Fromage blanc	
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Entremets café ssu	Camembert	Orange
	Poire	<b>Desserts</b>	Semoule au lait ssu
	Pomme	Purée pomme 4 épices	Fromage blanc myrtille
	Purée de fruits	Bouillie de froment café ssu	Poire
	Tapioca au lait ssu	Kiwi	Pomme
	Kiwi	Poire	Kiwi
	Orange	Pomme	Riz au lait ssu
		Orange	
	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
	Baguette	Baguette	Baguette
	Baguette tradition	Baguette	Baguette tradition
	Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Boule blanche tranchée
		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>
Carottes râpées coriandre ciboulette	Salade vendéenne	Macédoine légumes vinaigrette	Betteraves à l'orange ciboulette
Potage poireaux p. de terre	Potage crécy (carottes) cumin	Potage de légumes	Salade riz surimi
Salade pomme de terre échalotes	Haricots verts V	Betteraves cuites	Potage paysanne
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Oeufs durs	Carottes râpées	Pâté de campagne
	Carottes râpées		Carottes râpées
<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats complets</b>
Chou vert braisé au boeuf	Couscous de poisson	Boeuf Baeckoffe	Céleri volaille et pomme de terre
			Raviolis boeuf sauce tomate
<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>
Emincé porc sauce curry	Tarte au fromage	Poulet paprika	Palette de porc aux oignons
Clafoutis chèvre	Escalope de poulet au jus	Feuilleté poisson beurre blanc	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	Escalope de poulet au jus
Escalope de poulet au jus		Steak haché veau jus	
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>
<b>Garnitures</b>	Endives braisées	Pâtes	Purée potiron
Riz créole	Purée pomme de terre	Julienne de légumes	Pâtes
Poêlée légumes	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Purée pomme de terre	Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Haricots verts			
Pâtes	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Brie	Pavé 1/2 sel	Fromage frais sel Guérande
<b>Laitages</b>	Fondou président	Yaourt nature	Pont l'Evêque
Fromage frais ail fines herbes	Fromage blanc	Fromage blanc	Fromage blanc
Gouda	Yaourt nature	Camembert	Camembert
Fromage blanc			Yaourt nature
Yaourt nature	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
Camembert	Entremets chocolat ssu	Crème pâtissière café ssu	Moelleux citron ssu
	Pomme	Purée pomme cannelle	Orange
<b>Desserts</b>	Purée de fruits	Tapioca lait cacao ssu	Purée de fruits
Purée pommes	Kiwi	Pomme	Floraline au lait fleur oranger ssu
Poire	Semoule au lait vanille ssu	Poire	Pomme
Pomme	Poire	Orange	Poire
Kiwi	Orange	Kiwi	Kiwi
Orange			
Tapioca au lait ssu	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>	<b>Suppléments</b>
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
<b>Suppléments</b>	1/2 baguette	1/2 baguette	1/2 baguette
Petit pain	Baguette	Baguette	Baguette
1/2 baguette	Baguette tradition	Baguette tradition	Baguette tradition
Baguette	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché	Pain campagne tranché
Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché	Pain céréales tranché
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché	Pain complet tranché
Pain céréales tranché			
Pain complet tranché			