



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°9 : 24 FÉVRIER 2025 AU 02 MARS 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 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 mère : base de
braisage, roux, mère*

*Poêlée de légumes : haricots
verts, carottes, navets*

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI |
|--------------------------------------|---------------------------|---|---|
| Entrées | Entrées | Entrées | Entrées |
| Salade exotique sse | Salade fantaisie sse | Betteraves vinaigrette sse | Betteraves vinaigrette sse |
| Potage crécy (carottes) sse | Potage potiron sse | Potage de légumes sse | Potage de légumes sse |
| Betteraves cuites | Oeufs durs | Oeufs durs | Oeufs durs |
| Oeufs durs | Betteraves cuites | Carottes râpées | Carottes râpées |
| Carottes râpées | Carottes râpées | | |
| Plats complets | Plats complets | Plats complets | Plats complets |
| Parmentier de poisson sse | Blettes à la volaille sse | Cassolette de poisson fondue de poireaux sse | Cassolette de poisson fondue de poireaux sse |
| Plats | Plats | Plats | Plats |
| Emincé dinde sauce grand-mère sse | Steak haché veau jus sse | Omelette sse | Omelette sse |
| Steak haché veau jus | Escalope de poulet au jus | Escalope de poulet au jus | Escalope de poulet au jus |
| | | Steak haché veau jus | Steak haché veau jus |
| Garnitures | Garnitures | Garnitures | Garnitures |
| Haricots beurre sse | Purée pois cassés sse | Pâtes tortis aux champignons sse | Pâtes tortis aux champignons sse |
| Pomme de terre vapeur | Haricots verts | Haricots verts | Haricots verts |
| Pâtes | Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur |
| Salade verte | Pâtes | Epinards braisés | Epinards braisés |
| | Carottes | | |
| Laitages | Laitages | Laitages | Laitages |
| Petit fromage frais nature | Yaourt nature | Petit fromage aux noix | Petit fromage aux noix |
| Yaourt nature | Yaourt aromatisé | Yaourt aromatisé | Yaourt aromatisé |
| Fromage blanc | Fromage blanc | Yaourt nature | Yaourt nature |
| Yaourt aromatisé | | Fromage blanc | Fromage blanc |
| Desserts | Desserts | Desserts | Desserts |
| Entremets café | Tarte flan | Orange | Orange |
| Poire | Kiwi | Fromage blanc myrtille | Fromage blanc myrtille |
| Liégeois chocolat | Purée pomme 4 épices | Chou à la crème | Chou à la crème |
| Pomme | Bouillie froment café | Tartelette pommes | Tartelette pommes |
| Tapioca au lait caramel | Chou à la crème | Semoule au lait | Semoule au lait |
| Chou à la crème | Tartelette pommes | Riz au lait | Riz au lait |
| Tartelette pommes | | | |
| Purée de fruits | Suppléments | Suppléments | Suppléments |
| | Petit pain | Petit pain | Petit pain |
| Suppléments | 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 |
| Boule blanche tranchée | | Pain céréales tranché | Pain céréales tranché |
| | | Pain complet tranché | Pain complet tranché |

| JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|------------------------------------|-------------------------------|---------------------------|------------------------------------|
| Entrées | Entrées | Entrées | Entrées |
| Carottes râpées coriandre sse | Salade vendéenne sse | Macédoine légumes sse | Betteraves à l'orange sse |
| Potage poireaux pomme de terre sse | Potage carottes cumin sse | Potage de légumes sse | Potage paysanne sse |
| Oeufs durs | Betteraves cuites | Betteraves cuites | Salade riz surimi |
| Betteraves cuites | Oeufs durs | Oeufs durs | Oeufs durs |
| | Haricots verts V | Carottes râpées | Carottes râpées |
| | Carottes râpées | | |
| Plats complets | Plats complets | Plats complets | Plats complets |
| Chou vert braisé au boeuf sse | Couscous de poisson sse | Boeuf façon baeckoffe sse | Céleri volaille pomme de terre sse |
| | | | |
| Plats | Plats | Plats | Plats |
| Emincé porc curry sse | Escalope de porc au cidre sse | Poulet paprika sse | Escalope de porc aux oignons sse |
| Steak haché veau jus | Escalope de poulet au jus | Escalope de poulet au jus | Steak haché veau jus |
| Escalope de poulet au jus | Steak haché veau jus | Steak haché veau jus | Escalope de poulet au jus |
| | | | |
| Garnitures | Garnitures | Garnitures | Garnitures |
| Riz créole sse | Purée pomme de terre sse | Navets braisés sse | Purée potiron sse |
| Poêlée légumes | Haricots verts | Julienne de légumes | Pâtes |
| Pomme de terre vapeur | Pâtes | Pâtes | Haricots verts |
| Haricots verts | Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur |
| Pâtes | | Haricots verts | |
| | | | |
| Laitages | Laitages | Laitages | Laitages |
| Yaourt nature | Petit fromage frais nature | Yaourt nature | Emmental |
| Fromage blanc | Fromage blanc | Yaourt aromatisé | Yaourt aromatisé |
| Yaourt aromatisé | Yaourt nature | Fromage blanc | Fromage blanc |
| | Yaourt aromatisé | | Yaourt nature |
| | | | |
| Desserts | Desserts | Desserts | Desserts |
| Purée pomme raisin | Mousse au chocolat | Crème pâtissière café | Moelleux aux fruits confits |
| Flan vanille | Pomme | Purée pomme cannelle | Orange |
| Tapioca au lait | Chou à la crème | Crème dessert vanille | Yaourt aromatisé |
| Chou à la crème | Baba au rhum | Tartelette pommes | Tartelette pommes |
| Tartelette pommes | Semoule lait vanille | Chou à la crème | Purée de fruits |
| Poire | Tartelette pommes | Tapioca lait chocolat | Chou à la crème |
| | Purée de fruits | | Floraline lait fleur d'oranger |
| | | | |
| 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 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 |
| | | | |