



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sel

SEMAINE N°14 : 31 MARS 2025 AU 06 AVRIL 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 14 mars

*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*

*Potée lorraine : saucisse,
palette de porc, haricots
blancs, carottes, p. de terre,
chou vert*

*Sce Vallée d'Auge : crème,
cidre, pomme, oignons*
*auce chasseur : carotte,
oignons, champignons*

*Bordelaise : vin rouge,
échalotes et oignons*

Frittata : omelette

*Pomme de terre à la
sarladaise : pomme de terre,
gésier, lardons, oignons*

*Mitonnée d'hiver : salsifis,
carottes, champignons*

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

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Entrées	Entrées	Entrées
Taboulé raisins secs sse	Chou rouge rémoulade balsamique sse	Betteraves ciboulette sse
Potage de légumes sse	Velouté de lentilles corail sse	Potage crécy (carottes) sse
Carottes râpées	Oeufs durs	Carottes râpées
Oeufs durs	Betteraves cuites	Oeufs durs
Betteraves cuites	Carottes râpées	
Plats	Plats complets	Plats
Sauté de dinde vallée d'auge sse	Gratin poisson légumes sse	Rôti de porc au jus sse
Escalope porc au jus sse		Poulet sauce estragon sse
Escalope de poulet au jus	Plats	Steak haché veau jus
Steak haché veau jus	Omelette sse	
Garnitures	Escalope de poulet au jus	Garnitures
Carottes sse	Steak haché veau jus	Légumes potée lorraine sse
Riz créole sse	Garnitures	Courgettes braisées sse
Haricots verts	Pâtes tortis sse	Pomme de terre vapeur
Pâtes	Haricots verts	Haricots verts
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes
Salade verte	Fondue de poireaux	Semoule
Laitages	Laitages	Laitages
Yaourt nature	Fromage frais nature	Petit moulé nature
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Fromage blanc
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt nature
	Yaourt nature	Yaourt aromatisé
Desserts	Desserts	Desserts
Tarte citron	Purée pomme poire	Clafoutis aux cerises
Flan chocolat	Orange	Pomme
Pomme four cannelle	Fromage blanc coulis fraise	Tapioca au lait et miel
Semoule au lait	Tartelette pommes	Chou à la crème
Tartelette pommes	Chou à la crème	Tartelette pommes
Purée de fruits	Riz au lait café	Purée de fruits
Chou à la crème		
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
		Boule blanche tranchée
		Pain campagne tranché
		Pain céréales tranché
		Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Macédoine légumes sse	Radis sauce fromage blanc ciboulette sse	Salade coleslaw sse	Concombre vinaigrette sse
Potage de légumes sse	Potage parmentier sse	Potage courgettes sse	Potage de légumes sse
Salade pâtes basilic	Oeufs durs	Betteraves cuites	Carottes râpées
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Carottes râpées	Betteraves cuites
Oeufs durs	Carottes râpées	Oeufs durs	Oeufs durs
Plats	Salade lentilles échalotes	Plats	Plats complets
Boeuf printannier sse	Plats	Poulet rôti (cuisse) sse	Parmentier de poisson à la patate douce sse
Frittata au cumin sse	Filet de lieu sauce oseille sse	Haché veau échalotes sse	
Escalope de poulet au jus	Jambon sse	Garnitures	Plats
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Haricots verts oignons sse	Filet de poulet au jus sse
Garnitures	Steak haché veau jus	Pâtes papillons sse	Steak haché veau jus
Purée pomme de terre sse	Garnitures	Pomme de terre vapeur	Garnitures
Epinards béchamel sse	Riz créole sse	Salade verte	Petits pois sse
Navets	Chou-fleur béchamel sse	Laitages	Haricots verts
Haricots verts	Printanière de légumes	Emmental	Pâtes
Pâtes	Haricots verts	Yaourt aromatisé	Pomme de terre vapeur
Pomme de terre vapeur	Pâtes	Yaourt nature	Laitages
Laitages	Pomme de terre vapeur	Fromage blanc	Yaourt nature
Petit fromage aux noix	Laitages	Desserts	Crème anglaise
Yaourt nature	Yaourt nature	Semoule lait caramel	Fromage blanc
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Poire au vin	Yaourt aromatisé
Fromage blanc	Fromage blanc	Yaourt aromatisé	Desserts
Desserts	Desserts	Chou à la crème	Moelleux à l'ananas
Liégeois café	Mousse au chocolat	Tartelette pommes	Flan nappé caramel
Purée pomme fleur d'oranger	Kiwi	Purée de fruits	Pomme
Poire	Crème pâtissière noix de coco	Riz au lait vanillé	Tartelette pommes
Tartelette pommes	Chou à la crème	Suppléments	Purée de fruits
Chou à la crème	Tartelette pommes	Petit pain	Chou à la crème
Bouillie froment chocolat	Purée de fruits	1/2 baguette	Bouillie de froment
Suppléments	Floraline lait fleur d'oranger	Baguette	Suppléments
Petit pain	Suppléments	Baguette tradition	Petit pain
1/2 baguette	Petit pain	Boule blanche tranchée	1/2 baguette
Baguette	1/2 baguette	Pain campagne tranché	Baguette
Baguette tradition	Baguette	Pain céréales tranché	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Baguette tradition	Pain complet tranché	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Boule blanche tranchée		Pain céréales tranché
Pain céréales tranché	Pain campagne tranché		Pain campagne tranché
Pain complet tranché	Pain céréales tranché		Pain complet tranché
	Pain complet tranché		