



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

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 | Chou rouge rémoulade balsamique | Betteraves ciboulette |
| | Céleri rémoulade | Pomme de terre sauce tartare | Potage crécy |
| | Potage de légumes | Velouté de lentilles corail | Carottes râpées |
| | Carottes râpées | Oeufs durs | Oeufs durs |
| | Oeufs durs | Betteraves cuites | |
| | Betteraves cuites | Carottes râpées | Plats complets |
| | | | Potée lorraine |
| | Plats | Plats complets | Plats |
| | Sauté de dinde Vallée d'Auge | Lasagnes bolognaise | Saumonette crème curcuma |
| | Tarte tomate chèvre basilic | Gratin poisson légumes | Poulet sauce estragon |
| | Escalope de poulet au jus | | Jambon blanc |
| | Jambon blanc | Plats | Steak haché veau jus |
| | Steak haché veau jus | Omelette | |
| | | Escalope de poulet au jus | Garnitures |
| | Garnitures | Jambon blanc | Semoule |
| | Carottes | Steak haché veau jus | Courgettes |
| | Riz créole | | Pomme de terre vapeur |
| | Salade verte | Garnitures | Purée pomme de terre |
| | Haricots verts | Fondue de poireaux | Haricots verts |
| | Pâtes | Haricots verts | Pâtes |
| | Purée pomme de terre | Pâtes | |
| | Pomme de terre vapeur | Pomme de terre vapeur | Laitages |
| | | Purée pomme de terre | Fraidou |
| | Laitages | | Saint Paulin |
| | Gouda | Laitages | Camembert |
| | Yaourt nature | Fondu président | Fromage blanc |
| | Camembert | Tomme blanche | Yaourt nature |
| | Fromage blanc | Fromage blanc | |
| | | Camembert | Desserts |
| | Desserts | Yaourt nature | Clafoutis griottes ssu |
| | Entremets vanille ssu | | Tapioca au lait ssu |
| | Pomme four cannelle | Desserts | Purée de fruits |
| | Purée de fruits | Purée pomme poire | Pomme |
| | Pomme | Fromage blanc coulis fraise | Poire |
| | Orange | Orange | Orange |
| | Kiwi | Riz au lait café ssu | Kiwi |
| | Poire | Poire | |
| | Semoule au lait ssu | Pomme | Suppléments |
| | | Kiwi | Petit pain |
| | Suppléments | | 1/2 baguette |
| | Petit pain | Suppléments | Baguette |
| | 1/2 baguette | Petit pain | Baguette tradition |
| | Baguette | 1/2 baguette | Boule blanche tranchée |
| | Baguette tradition | Baguette | Pain campagne tranché |
| | Boule blanche tranchée | Baguette tradition | Pain céréales tranché |
| | | Boule blanche tranchée | Pain complet tranché |

| JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|--------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|------------------------------------|
| Entrées | Entrées | Entrées | Entrées |
| Macédoine légumes mayo | Radis sauce fromage blanc ciboulette | Salade coleslaw | Pâté de foie |
| Salade pâtes basilic | Salade lentilles échalotes | Potage courgettes | Concombre vinaigrette |
| Potage de légumes | Potage parmentier | Betteraves cuites | Potage de légumes |
| Betteraves cuites | Oeufs durs | Carottes râpées | Carottes râpées |
| Oeufs durs | Betteraves cuites | Oeufs durs | Betteraves cuites |
| | Carottes râpées | | Oeufs durs |
| Plats | Plats complets | Plats | Plats complets |
| Boudin noir | Chou-fleur parisienne | Poulet rôti (cuisse) | Parmentier de poisson patate douce |
| Sauté boeuf printannier | | Jambonneau sauce échalote | Pomme de terre à la sarladaise |
| Frittata emmental cumin | | Feuilletés au fromage | |
| Escalope de poulet au jus | Plats | Jambon blanc | |
| Jambon blanc | Filet de lieu sauce oseille | Steak haché veau jus | |
| Steak haché veau jus | Escalope de poulet au jus | | |
| | Jambon blanc | Garnitures | Plats |
| Garnitures | Steak haché veau jus | Haricots verts oignons | Paupiette de veau sauce au poivre |
| Purée pomme de terre | | Pâtes papillons | Jambon blanc |
| Navets | Garnitures | Salade verte | Steak haché veau jus |
| Epinards béchamel | Riz créole | Pomme de terre vapeur | Escalope de poulet au jus |
| Haricots verts | Printanière de légumes | Purée pomme de terre | |
| Pâtes | Haricots verts | | Garnitures |
| Pomme de terre vapeur | Pâtes | Laitages | Petits pois |
| | Pomme de terre vapeur | Fromage frais sel Guérande | Haricots verts |
| Laitages | Purée pomme de terre | Emmental | Pâtes |
| Coulommiers | | Yaourt nature | Purée pomme de terre |
| Fromage frais ail fines herbes | Laitages | Fromage blanc | Pomme de terre vapeur |
| Yaourt nature | Pavé 1/2 sel | Camembert | |
| Fromage blanc | Yaourt nature | | Laitages |
| | Yaourt aromatisé | Desserts | Yaourt nature |
| Desserts | Fromage blanc | Semoule au lait ssu | Cantal |
| Purée pomme fleur d'oranger | Camembert | Purée pommes | Camembert |
| Bouillie froment cacao ssu | | Orange | Fromage blanc |
| Poire | Desserts | Kiwi | |
| Pomme | Kiwi | Pomme | Desserts |
| Orange | Crème pâtissière vanille ssu | Poire | Moelleux à l'ananas ssu |
| Kiwi | Purée de fruits | Riz au lait vanillé ssu | Pomme |
| | Floraline au lait fleur oranger ssu | | Purée de fruits |
| Suppléments | Pomme | Suppléments | Poire |
| Petit pain | Orange | Petit pain | Orange |
| 1/2 baguette | Poire | 1/2 baguette | Kiwi |
| Baguette | | Baguette | Bouillie froment ssu |
| Baguette tradition | Suppléments | Baguette tradition | |
| Boule blanche tranchée | Petit pain | Boule blanche tranchée | Suppléments |
| Pain campagne tranché | 1/2 baguette | Pain campagne tranché | Petit pain |
| Pain céréales tranché | Baguette | Pain céréales tranché | 1/2 baguette |
| Pain complet tranché | Baguette tradition | Pain complet tranché | Baguette |
| | Boule blanche tranchée | | Baguette tradition |
| | Pain campagne tranché | | Boule blanche tranchée |
| | Pain céréales tranché | | Pain céréales tranché |
| | Pain complet tranché | | Pain campagne tranché |
| | | | Pain complet tranché |