



# LES BONS PETITS PLATS

## MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°18 : 28 AVRIL 2025 AU 04 MAI 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 11 avril

Salade coleslaw : carotte et  
chou blanc râpée,  
mayonnaise

Salade fraîcheur : pomme de

terre, radis, tomate, maïs

Chou-fleur à la grecque :

Chou-fleur, tomate, oignons

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 tourangelle : pomme

de terre, échalotes,

flageolets, haricots verts

Sauce américaine : crème,

cognac, oignons

Sauce bercy : roux crème,

oignons, persil

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
	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
	Salade pâtes basilic	Salade coleslaw	Céleri rémoulade
	Potage de légumes	Potage crécy	Velouté de lentilles corail
	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Chou-fleur à la grecque
	Salade de riz, tomate, maïs	Salade de riz, tomate, maïs	Salade de riz, tomate, maïs
	Tomate vinaigrette	Salade fraîcheur	Betteraves cuites
	<b>Plats</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
	Fricassé de poulet au citron	Saucisse de Toulouse	Lasagnes bolognaise
	Tarte tomate chèvre basilic	Filet lieu sauce citron	
	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	<b>Plats</b>
	Steak haché veau jus	Jambon blanc	Emincé dinde crème origan
		Steak haché veau jus	Jambon braisé sc madère
		Oeufs brouillés fines herbes	Jambon blanc
	<b>Garnitures</b>	<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus
	Carottes	Haricots coco	<b>Garnitures</b>
	Riz créole	Purée de courgettes	Navets
	Salade verte	Fondue de poireaux	Pomme de terre vapeur
	Haricots verts	Haricots verts	Purée pomme de terre
	Pâtes	Pâtes	Haricots verts
	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Pâtes
	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Printanière de légumes
	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>	<b>Laitages</b>
	Fromage frais nature	Fondu président	Fraidou
	Yaourt nature	Tomme blanche	Camembert
	Camembert	Fromage blanc	Fromage blanc
	Fromage blanc	Camembert	Yaourt nature
	Saint Paulin	Yaourt nature	Gouda
	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>	<b>Desserts</b>
	Entremets vanille ssu	Purée pomme fleur d'oranger	Clafoutis griottes ssu
	Pomme entière four cannelle ssu	Riz au lait café ssu	Semoule au lait ssu
	Purée de fruits	Orange	Tapioca au lait ssu
	Pomme	Poire	Purée de fruits
	Orange	Pomme	Pomme
	Kiwi	Kiwi	Poire
	Poire		Orange
	Semoule au lait ssu		Kiwi
	<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 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
<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>	<b>Entrées</b>
Macédoine légumes mayo	Betteraves ciboulette	Taboulé	Pâté de foie
Potage de légumes	Potage parmentier	Potage courgettes	Potage de légumes
Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Oeufs durs	Salade de riz, tomate, maïs	Oeufs durs	Oeufs durs
Salade de riz, tomate, maïs	Salade lentilles échalotes	Salade de riz, tomate, maïs	Tomate vinaigrette
			Salade de riz, tomate, maïs
<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>	<b>Plats</b>	<b>Plats complets</b>
Rôti de porc au romarin	Chou-fleur parisienne	Poulet rôti (cuisse)	Parmentier de poisson patate douce
Omelette		Feuilletés au fromage	Pomme de terre à la sarladaise
Escalope de poulet au jus	<b>Plats</b>	Jambon blanc	
Jambon blanc	Filet lieu sc bercy	Steak haché veau jus	
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus		
	Jambon blanc	<b>Garnitures</b>	<b>Plats</b>
<b>Garnitures</b>	Steak haché veau jus	Haricots verts oignons	Paupiette de veau sauce au poivre
Ratatouille		Pâtes papillons	Jambon blanc
Epinards béchamel	<b>Garnitures</b>	Pomme de terre vapeur	Steak haché veau jus
Haricots verts	Riz créole	Purée pomme de terre	Escalope de poulet au jus
Purée pomme de terre	Haricots verts	Julienne de légumes	
Pâtes	Pâtes		<b>Garnitures</b>
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	<b>Laitages</b>	Petits pois
	Purée pomme de terre	Fromage frais sel Guérande	Haricots verts
<b>Laitages</b>	Blettes à la tomate	Emmental	Pâtes
Coulommiers		Yaourt nature	Purée pomme de terre
Yaourt nature	<b>Laitages</b>	Fromage blanc	Pomme de terre vapeur
Fromage blanc	Pavé 1/2 sel	Camembert	
Petit fromage aux noix	Yaourt nature		
	Yaourt aromatisé	<b>Desserts</b>	<b>Laitages</b>
<b>Desserts</b>	Fromage blanc	Purée pomme fraise	Cantal
Pomme	Camembert	Yaourt nature	Yaourt nature
Bouillie froment cacao ssu		Orange	Camembert
Poire	<b>Desserts</b>	Kiwi	Fromage blanc
Orange	Orange	Pomme	
Kiwi	Tapioca au lait ssu	Poire	<b>Desserts</b>
Purée de fruits	Kiwi	Riz au lait vanillé ssu	Moelleux à l'ananas ssu
	Purée de fruits		Pomme
<b>Suppléments</b>	Pomme	<b>Suppléments</b>	Purée de fruits
Petit pain	Poire	Petit pain	Poire
1/2 baguette		1/2 baguette	Orange
Baguette	<b>Suppléments</b>	Baguette	Kiwi
Baguette tradition	Petit pain	Baguette tradition	Bouillie froment ssu
Boule blanche tranchée	1/2 baguette	Boule blanche tranchée	
Pain campagne tranché	Baguette	Pain campagne tranché	<b>Suppléments</b>
Pain céréales tranché	Baguette tradition	Pain céréales tranché	Petit pain
Pain complet tranché	Boule blanche tranchée	Pain complet tranché	1/2 baguette
	Pain campagne tranché		Baguette
	Pain céréales tranché		Baguette tradition
	Pain complet tranché		Boule blanche tranchée
			Pain céréales tranché
			Pain campagne tranché
			Pain complet tranché