



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Sans sucre

SEMAINE N°22 : 26 MAI 2025 AU 01 JUIN 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 09 mai

Salade arlequin : pdt, poivron,
maïs

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
Entrées	Entrées	Entrées
Salade italienne	Tartare de courgettes vinaigrette citron	Salade coleslaw
Radis sauce fromage blanc ciboulette	Salade arlequin	Betteraves ciboulette
Potage de légumes	Potage crécy	Velouté de lentilles corail
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Salade de riz, tomate, maïs
Salade de riz, tomate, maïs	Salade de riz, tomate, maïs	
Plats	Plats complets	Plats complets
Emincé dinde sauce blanquette	Courgettes à la volaille	Lasagnes bolognaise
Oeufs brouillés basquaise		Plats
Quiche lorraine	Plats	Jambon braisé sc madère
Jambon blanc	Rôti porc au jus	Omelette
Steak haché veau jus	Escalope de poulet au jus	Jambon blanc
	Jambon blanc	Steak haché veau jus
	Steak haché veau jus	
Garnitures	Garnitures	Garnitures
Carottes	Haricots coco	Printanière de légumes
Riz créole	Fondue de poireaux	Epinards béchamel
Salade verte	Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Haricots verts	Pâtes	Purée pomme de terre
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Purée pomme de terre	Purée pomme de terre	Pâtes
Pomme de terre vapeur		Laitages
Laitages	Laitages	Petit moulé nature
Fromage frais nature	Fondu président	Coulommiers
Saint Paulin	Tomme blanche	Fromage blanc
Yaourt nature	Fromage blanc	Yaourt nature
Camembert	Camembert	
Fromage blanc	Yaourt nature	Desserts
Desserts	Desserts	Moelleux citron ssu
Entremets vanille ssu	Purée pomme fleur d'oranger	Semoule au lait ssu
Pomme four cannelle	Riz au lait café ssu	Poire
Purée de fruits	Kiwi	Purée de fruits
Semoule au lait ssu	Pomme	Tapioca au lait ssu
Pomme	Poire	Pomme
Poire	Orange	Orange
Kiwi		Kiwi
Orange	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		Pain campagne tranché
		Pain céréales tranché
		Pain complet tranché

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Tomate vinaigrette balsamique	Chou-fleur vinaigrette	Taboulé	Pâté de foie
Potage de légumes	Salade lentilles échalotes	Potage courgettes	Macédoine légumes mayo
Betteraves cuites	Potage parmentier	Betteraves cuites	Potage de légumes
Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs	Betteraves cuites
Salade de riz, tomate, maïs	Salade de riz, tomate, maïs	Salade de riz, tomate, maïs	Oeufs durs
	Betteraves cuites		Salade de riz, tomate, maïs
Plats complets	Plats complets	Plats	Plats
Risotto de poisson	Céleri à la parisienne	Saucisse de Toulouse	Poulet rôti (cuisse)
Pomme de terre à la sarladaise		Rognons de boeuf sauce bordelaise	Escalope de porc sauce aigre douce
	Plats	Feuilletés au fromage	Filet lieu sauce citron
Plats	Lieu sauce crustacés	Jambon blanc	Jambon blanc
Paupiette veau sauce provençale	Escalope de poulet au jus	Steak haché veau jus	Steak haché veau jus
Escalope de poulet au jus	Jambon blanc	Escalope de poulet au jus	
Jambon blanc	Steak haché veau jus		
Steak haché veau jus		Garnitures	Garnitures
	Garnitures	Ratatouille	Rosti de légumes
Garnitures	Purée pomme de terre	Pommes de terre boulangères	Pâtes papillons
Haricots verts oignons	Petits pois	Julienne de légumes	Purée de brocolis
Purée pomme de terre	Haricots verts	Pomme de terre vapeur	Haricots verts
Pâtes	Pâtes	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur	Pâtes	Pomme de terre vapeur
	Laitages	Haricots verts	
Laitages	Pavé 1/2 sel	Laitages	Laitages
Petit fromage aux noix	Yaourt nature	Fromage frais sel Guérande	Cantal
Yaourt nature	Fromage blanc	Emmental	Camembert
Fraidou	Camembert	Yaourt nature	Petit moulé nature
Fromage blanc		Fromage blanc	Fromage blanc
Camembert	Desserts	Camembert	Yaourt nature
	Orange		Desserts
Desserts	Tapioca au lait ssu	Desserts	Clafoutis pêches ssu
Bouillie froment cacao ssu	Purée de fruits	Purée pomme fraise	Bouillie froment ssu
Pomme	Poire	Yaourt nature	Pomme
Poire	Pomme	Riz au lait vanillé ssu	Purée de fruits
Orange	Kiwi	Pomme	Poire
Kiwi		Poire	Orange
Purée de fruits	Suppléments	Kiwi	Kiwi
	Petit pain	Orange	
Suppléments	1/2 baguette	Suppléments	Suppléments
Petit pain	Baguette	Petit pain	Petit pain
1/2 baguette	Baguette tradition	1/2 baguette	1/2 baguette
Baguette	Boule blanche tranchée	Baguette	Baguette
Baguette tradition	Pain campagne tranché	Baguette tradition	Baguette tradition
Boule blanche tranchée	Pain céréales tranché	Boule blanche tranchée	Boule blanche tranchée
Pain campagne tranché	Pain complet tranché	Pain campagne tranché	Pain céréales tranché
Pain céréales tranché		Pain céréales tranché	Pain campagne tranché
Pain complet tranché		Pain complet tranché	Pain complet tranché