

PÉRIODE DU 20 JUILLET AU 14 AOÛT 2026



La Bonne Maman

Service Traiteur – Que du bon

ALLERGIES
P. LAITIERS & OEUFS

ALLERGIES
PRODUITS LAITIERS

ALLERGIES
AUX OEUFS

SEMAINE 1	LUNDI	20	MARDI	21	MERCREDI	22	JEUDI	23	VENDREDI	24
20 JUIL	TOFU POMME DE TERRE ET COURGEI		LENTILLES ROUGES, CAROTTE ET POMME DE TERRE		FILET DE SOLE POMME DE TERRE ET CHOUX-FLEUR		BOEUF POMME DE TERRE ET BROCOLI		POUET HARICOT COULEUR ET POMME DE TERRE	

SEMAINE 2	LUNDI	27	MARDI	28	MERCREDI	29	JEUDI	30	VENDREDI	31
27 JUIL	TOFU POMME DE TERRE ET CAROTTEI		LENTILLES ROUGES, NAVET ET POMME DE TERRE		FILET DE SOLE POMME DE TERRE ET BROCOLI		BOEUF POMME DE TERRE ET PATATE DOUCE		POULET CHOUX-FLEUR ET POMME DE TERRE	

SEMAINE 3	LUNDI	3	MARDI	4	MERCREDI	5	JEUDI	6	VENDREDI	7
3 AOÛT	TOFU POMME DE TERRE ET BROCOLI		LENTILLES ROUGES, COURGE ET POMME DE TERRE		FILET DE SOLE POMME DE TERRE ET NAVET		BOEUF POMME DE TERRE ET CHOUX-FLEUR		POUET CAROTTE ET POMME DE TERRE	

SEMAINE 4	LUNDI	10	MARDI	11	MERCREDI	12	JEUDI	13	VENDREDI	14
10 AOÛT	TOFU POMME DE TERRE ET COURGEI		LENTILLES ROUGES, CAROTTE ET POMME DE TERRE		FILET DE SOLE POMME DE TERRE ET CHOUX-FLEUR		BOEUF POMME DE TERRE ET BROCOLI		POUET HARICOT COULEUR ET POMME DE TERRE	

LÉGUMES FAJITAS :
POIVRONS VERTS,
POIVRONS
JAUNES,
OIGNONS,
POIVRON ROUGES.

LÉGUMES PARISIEN
: CAROTTES,
CHOUX-FLEUR,
HARICOTS VERTS,
OIGNONS

**LÉGUMES STYLE
ROMANESCO :**
CAROTTES,
CAROTTES JAUNES,
POIVRONS VERTS,
HARICOTS VERTS

**LÉGUMES
COMPAGNARD :**
BROCOLI,
COURGETTE,
AUBERGINE,
POIVRONS JAUNES,
POIVRON ROUGES
ET OIGNON.

**LÉGUMES STYLE
ITALIEN :** CAROTTES,
COURGETTES
VERTES, CHOU-
FLEUR, HARICOT
ROMAINS,
COURGETTES
JAUNES, HARICOT
DE LIMA,
POIVRONS
ROUGES

**LÉGUMES
MINISTRONE :**
CAROTTES,
CÉLERI, HARICOT
ROUGE FONCÉ,
HARICOTS VERTS,
OIGNON, POIS,
POIVRONS VERTS

**LÉGUMES
MÉDITERRANÉEN :**
COURGETTES
VERTE, TOMATE,
AUBERGINES,
OIGNONS,
POIVRONS
ROUGES,
POIVRONS VERTS

**LÉGUMES
CALIFORNIEN :**
BROCOLI,
CAROTTES, CHOU-
FLEUR

LÉGUMES DU JOUR
: HARICOTS VERTS,
CAROTTES ,
CAROTTES JAUNES

**LÉGUMES
MONTEGO :**
BROCOLI,
CAROTTES, CHOU-
FLEUR , CAROTTES
JAUNES

**LÉGUMES POT-AU-
FEU :** POMMES
DE TERRE ,
CAROTTES,
RUTABAGAS, ,
OIGNONS

**LÉGUMES
AUTOMNAL :**
CAROTTES,
RUTABAGAS,
COURGES
MUSQUÉES,
POMMES DE TERRE
DOUCES,
OIGNONS ROUGES

**SEPT
LÉGUMINEUSES :**
Haricots noirs,
haricots pinto ,
haricots blancs
great northern,
haricots rouge
foncé, pois
chiches, dolique à
oeil noir, haricots
de soissons

**LÉGUMES SOLEIL
LEVANT :**
HARICOTS VERTS,
CAROTTES ,
CAROTTES JAUNES

**LÉGUMES
SPAGHETTI :**
OIGNONS,
CELERIS,
CAROTTES,
POIVRONS VERTS,
POIVRONS
ROUGES