

Menus "régimes" pour la semaine du 13 au 19 août 2018



NOM :

REGIME :

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	
ENTREES														
Hypocalorique	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Melon		Salade César*		Betteraves		Sardines, beurre		Melon	
Sans sel	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Melon		Salade César*		Betteraves		Carottes râpées		Melon	
Sans sel et sans sucre	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Melon		Salade César*		Betteraves		Carottes râpées		Melon	
Diabétique	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Melon		Salade César*		Betteraves		Sardines, beurre		Melon	
<i>Options</i>	<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>	
	<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>	
	<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>	
PLATS PROTIDIQUES														
Hypocalorique	Paupiette de veau, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Pavé de faux filet grillé		Steak hâché, sauce barbecue		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Sauté d'agneau	
Sans sel	Steak hâché, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Pavé de faux filet grillé		Steak hâché, sauce barbecue		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Sauté d'agneau	
Sans sel et sans sucre	Steak hâché, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Pavé de faux filet grillé		Steak hâché, sauce barbecue		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Sauté d'agneau	
Diabétique	Paupiette de veau, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Pavé de faux filet grillé		Steak hâché, sauce barbecue		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Sauté d'agneau	
<i>Options</i>	<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>	
	<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>	
	<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>	
	<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>	
LEGUMES														
Hypocalorique	Petits pois, carottes		Haricots verts		Pommes roty et tomates provençales		Ratatouille		Epinards		Poêlée de légumes		Printanière de légumes	
Sans sel	Petits pois, carottes		Haricots verts		Pommes roty et tomates provençales		Pâtes		Riz		Poêlée de légumes		Printanière de légumes	
Sans sel et sans sucre	Petits pois, carottes		Haricots verts		Pommes roty et tomates provençales		Pâtes		Riz		Poêlée de légumes		Printanière de légumes	
Diabétique	Petits pois, carottes+ pommes vapeur		Haricots verts+ pommes rissolées		Pommes roty et tomates provençales		Pâtes+ ratatouille		Epinards + riz		Poêlée de légumes+ pâtes		Printanière de légumes+ pommes vapeur	
<i>Options</i>	<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>	
	<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>	
	<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>	
	<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>	
FROMAGE														
Hypocalorique	Petit suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Petit suisse aromatisé		Rondelé nature		Cœur de Neufchâtel		Yaourt aromatisé		Edam		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Petit suisse nature		Rondelé nature		Cœur de Neufchâtel		Yaourt 0%		Edam		Fromage		Fromage	
Diabétique	Petit suisse nature		Rondelé nature		Cœur de Neufchâtel		Yaourt 0%		Edam		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Compote de pommes		Liégeois au chocolat		Carré chocolat noir et framboise		Fruit		Yaourt pulpé		Fruit sirop		Pain au lait tropézien	
Autres régimes	Compote sans sucre		Fruit		Entremets fruits rouges sans sucre		Fruit		Yaourt fruits 0%		Fruit sirop allégé		Salade de fruits	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT