

Menus "régimes" pour la semaine du 01 au 07 octobre 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	Œuf dur		Concombres		Salade du chef		Carottes râpées		Tomates		Céleri rave		Salade indienne*	
Sans sel	Pamplemousse		Concombres		Salade, tomate		Carottes râpées		Tomates		Céleri rave		Salade indienne*	
Sans sel et sans sucre	Pamplemousse		Concombres		Salade, tomate		Carottes râpées		Tomates		Céleri rave		Salade indienne*	
Diabétique	Œuf dur		Concombres		Salade du chef		Carottes râpées		Tomates		Céleri rave		Salade indienne*	
Options	<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	Rôti de dinde à l'emmental		Steak de colin à la bordelaise		Bœuf bourguignon		Kefta de boulettes de bœuf		Dos de colin, sauce safranée		Civet de porc		Gigot d'agneau froid	
Sans sel	Rôti de dinde à l'emmental		Steak de colin à la bordelaise		Bœuf bourguignon		Steak haché		Dos de colin, sauce safranée		Civet de porc		Gigot d'agneau froid	
Sans sel et sans sucre	Rôti de dinde à l'emmental		Steak de colin à la bordelaise		Bœuf bourguignon		Steak haché		Dos de colin, sauce safranée		Civet de porc		Gigot d'agneau froid	
Diabétique	Rôti de dinde à l'emmental		Steak de colin à la bordelaise		Bœuf bourguignon		Kefta de boulettes de bœuf		Dos de colin, sauce safranée		Civet de porc		Gigot d'agneau froid	
Options	<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	Haricots verts		Ratatouille		Carottes persillées		Tajine de légumes		Chou fleur		Haricots beurre		Poêlée de légumes	
Sans sel	Haricots verts		Ratatouille		Macaronis		Semoule		Chou fleur		Purée		Poêlée de légumes	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Ratatouille		Macaronis		Semoule		Chou fleur		Purée		Poêlée de légumes	
Diabétique	Haricots verts+ purée		Ratatouille+ frites au four		Macaronis+ carottes persillées		Semoule+ tajine de légumes		Chou fleur+ riz		Purée+ haricots beurre		Poêlée de légumes+ flageolets	
Options	<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	Fromage allégé		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Yaourt nature		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Carré de l'Est		Pyrénées		Suisse sucré		Brie		Yaourt aromatisé		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Carré de l'Est		Pyrénées		Suisse nature		Brie		Yaourt nature		Fromage		Fromage	
Diabétique	Carré de l'Est		Pyrénées		Suisse nature		Brie		Yaourt nature		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Cocktail de fruits		Fromage blanc sucré		Génoise, crème anglaise		Fruit de saison		Gâteau au yaourt, crème anglaise		Liégeois vanille		Choux à la crème Grand Marnier	
Autres régimes	Fruit sirop allégé		Fromage blanc 0%		Salade de fruits		Fruit de saison		Pomme cuite		Entremets vanille sans sucre		Compote sans sucre	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT