

Menus "régimes" pour la semaine du 29 juin au 5 juillet 2020



NOM :

RÉGIME :

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	
ENTREES														
Hypocalorique	Pamplemousse		Tomates		Pastèque		Concombres		Melon		Terrine de poisson		Tarte froide rillettes de saumon	
Sans sel	Pamplemousse		Tomates		Pastèque		Concombres		Melon		Macédoine		Tarte froide rillettes de saumon	
Sans sel et sans sucre	Pamplemousse		Tomates		Pastèque		Concombres		Melon		Macédoine		Tarte froide rillettes de saumon	
Diabétique	Pamplemousse		Tomates		Pastèque		Concombres		Melon		Terrine de poisson		Tarte froide rillettes de saumon	
Options	Carottes râpées		Carottes râpées		Carottes râpées		Carottes râpées		Carottes râpées		Carottes râpées		Carottes râpées	
	Oeufs mayo		Oeufs mayo		Oeufs mayo		Oeufs mayo		Oeufs mayo		Oeufs mayo		Oeufs mayo	
	Tomates		Tomates		Tomates		Tomates		Tomates		Tomates		Tomates	
PLATS PROTIDIQUES														
Hypocalorique	Filet de poulet au jus		Côte de porc grillée		Poulet rôti		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Jambon à l'os		Gigot d'agneau froid	
Sans sel	Filet de poulet au jus		Côte de porc grillée		Poulet rôti		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Jambon sans sel		Gigot d'agneau froid	
Sans sel et sans sucre	Filet de poulet au jus		Côte de porc grillée		Poulet rôti		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Jambon sans sel		Gigot d'agneau froid	
Diabétique	Filet de poulet au jus		Côte de porc grillée		Poulet rôti		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Jambon à l'os		Gigot d'agneau froid	
Options	Filet de poulet au jus		Filet de poulet au jus		Filet de poulet au jus		Filet de poulet au jus		Filet de poulet au jus		Filet de poulet au jus		Filet de poulet au jus	
	Poisson poché		Poisson poché		Poisson poché		Poisson poché		Poisson poché		Poisson poché		Poisson poché	
	Jambon blanc		Jambon blanc		Jambon blanc		Jambon blanc		Jambon blanc		Jambon blanc		Jambon blanc	
	Steak haché		Steak haché		Steak haché		Steak haché		Steak haché		Steak haché		Steak haché	
LEGUMES														
Hypocalorique	Petits pois, carottes		Poêlée de légumes		Haricots verts		Courgettes		Epinards		Haricots beurre, fondue de tomates		Ratatouille	
Sans sel	Petits pois, carottes		Farfalles		Haricots verts		Purée		Riz		Haricots beurre, fondue de tomates		Ratatouille	
Sans sel et sans sucre	Petits pois, carottes		Farfalles		Haricots verts		Purée		Riz		Haricots beurre, fondue de tomates		Ratatouille	
Diabétique	Petits pois, carottes+ pommes vapeur		Poêlée de légumes+ farfalles		Haricots verts+ pommes Roty		Purée+ courgettes		Epinards+ riz		Haricots beurre, fondue de tomates+ pommes noisettes		Ratatouille+ flageolets	
Options	Haricots verts		Haricots verts		Haricots verts		Haricots verts		Haricots verts		Haricots verts		Haricots verts	
	Purée		Purée		Purée		Purée		Purée		Purée		Purée	
	Pommes vapeur		Pommes vapeur		Pommes vapeur		Pommes vapeur		Pommes vapeur		Pommes vapeur		Pommes vapeur	
	Pâtes		Pâtes		Pâtes		Pâtes		Pâtes		Pâtes		Pâtes	
FROMAGE														
Hypocalorique	Yaourt nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Yaourt sucré		Carré de l'Est		Brie		Suisse aromatisé		Emmental		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Yaourt nature		Carré de l'Est		Brie		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
Diabétique	Yaourt nature		Carré de l'Est		Brie		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Abricot au sirop		Nappé caramel		Compote pomme, fraise		Fruit		Semoule condé fruits confits		Beignet fourré pomme		Mille feuille vanille	
Autres régimes	Fruit sirop allégé		Entremets chocolat sans sucre		Compote sans sucre		Fruit		Semoule au lait sans sucre		Pomme cuite		Mille feuille vanille	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT