

Menus "régimes" pour la semaine du 20 au 26 avril 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	Chou fleur		Salade du chef*		Tomates, maïs		Carottes râpées, radis		Macédoine		Sardines à l'huile		Pomelos	
Sans sel	Chou fleur		Salade, tomates		Tomates		Carottes râpées, radis		Macédoine		Pamplemousse		Pomelos	
Sans sel et sans sucre	Chou fleur		Salade, tomates		Tomates		Carottes râpées, radis		Macédoine		Pamplemousse		Pomelos	
Diabétique	Chou fleur		Salade du chef*		Tomates, maïs		Carottes râpées, radis		Macédoine		Sardines à l'huile		Pomelos	
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	Mijoté de volaille Madras		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Jambon de Paris		Côte de porc au jus		Steak de colin, sauce safranée		Navarin d'agneau printanier		Poulet rôti	
Sans sel	Mijoté de volaille Madras		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Jambon blanc sans sel		Côte de porc au jus		Steak de colin, sauce safranée		Navarin d'agneau printanier		Poulet rôti	
Sans sel et sans sucre	Mijoté de volaille Madras		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Jambon blanc sans sel		Côte de porc au jus		Steak de colin, sauce safranée		Navarin d'agneau printanier		Poulet rôti	
Diabétique	Mijoté de volaille Madras		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Jambon de Paris		Côte de porc au jus		Steak de colin, sauce safranée		Navarin d'agneau printanier		Poulet rôti	
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	Haricots verts		Petits pois, carottes		Chou fleur		Courgettes		Brocolis		Plat complet		Ratatouille	
Sans sel	Haricots verts		Petits pois, carottes		Pâtes		Riz		Brocolis		Plat complet		Riz	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Petits pois, carottes		Pâtes		Riz		Brocolis		Plat complet		Riz	
Diabétique	Haricots verts+ pommes vapeur		Petits pois, carottes+ purée		Chou fleur+ pâtes		Courgettes+ riz		Brocolis+ pommes vapeur		Plat complet		Riz+ ratatouille	
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	Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Brie		Cœur de Neufchâtel		Yaourt sucré		Gouda		Suisse sucré		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Brie		Cœur de Neufchâtel		Yaourt 0%		Gouda		Suisse nature		Fromage		Fromage	
Diabétique	Brie		Cœur de Neufchâtel		Yaourt 0%		Gouda		Suisse nature		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Nappé caramel		Fromage blanc sucré		Muffin saveur d'agrumes		Gâteau au chocolat		Fruit		Compote de poires		Miroir cassis, coulis de mangues	
Autres régimes	Entremets vanille sans sucre		Fromage blanc 0%		Fruit au sirop allégé		Entremets chocolat sans sucre		Fruit		Compote sans sucre		Miroir cassis, coulis de mangues	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT

Plat contenant du porc

*Salade du chef: salade, tomates, surimi, fromage