

Menus "régimes" pour la semaine du 23 au 29 mars 2020



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	Carotte, céleri		Macédoine		Betteraves		Tomates		Pomelos		Betteraves		Salade basque*	
Sans sel	Carotte, céleri		Macédoine		Betteraves		Tomates		Pomelos		Betteraves		Pommes de terre, tomates et ciboulette	
Sans sel et sans sucre	Carotte, céleri		Macédoine		Betteraves		Tomates		Pomelos		Betteraves		Pommes de terre, tomates et ciboulette	
Diabétique	Carotte, céleri		Macédoine		Betteraves		Tomates		Pomelos		Betteraves		Salade basque*	
<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	Jambon blanc		Paupiette de veau, sauce forestière		Bœuf égréné, coulis de tomates		Sauté de dinde chasseur		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Haricot de mouton (plat complet)	
Sans sel	Jambon blanc sans sel		Steak haché		Bœuf égréné, coulis de tomates		Sauté de dinde chasseur		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Haricot de mouton (plat complet)	
Sans sel et sans sucre	Jambon blanc sans sel		Steak haché		Bœuf égréné, coulis de tomates		Sauté de dinde chasseur		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Haricot de mouton (plat complet)	
Diabétique	Jambon blanc		Paupiette de veau, sauce forestière		Bœuf égréné, coulis de tomates		Sauté de dinde chasseur		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Haricot de mouton (plat complet)	
<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	Poêlée de légumes		Haricots verts		Courgettes		Ratatouille		Epinards à la crème		Choucroute		Plat complet	
Sans sel	Macaronis		Haricots verts		Purée		Ratatouille		Riz		Pommes vapeur		Plat complet	
Sans sel et sans sucre	Macaronis		Haricots verts		Purée		Ratatouille		Riz		Pommes vapeur		Plat complet	
Diabétique	Macaronis+ poêlée de légumes		Haricots verts+ haricots blancs		Purée+ courgettes		Ratatouille+ frites au four		Epinards à la crème+ riz		Choucroute+ pommes vapeur		Plat complet	
<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	Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Chanteneige		Yaourt sucré		Tome grise		Suisse sucré		Emmental		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Chanteneige		Yaourt 0%		Tome grise		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
Diabétique	Chanteneige		Yaourt 0%		Tome grise		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Nappé caramel		Fruit		Salade de fruits		Compote pomme, poire		Abricot condé		Yaourt pulpé		Brownies au chocolat	
Autres régimes	Yaourt 0%		Fruit		Salade de fruits		Compote sans sucre		Semoule au lait sans sucre		Yaourt fruits 0%		Brownies au chocolat	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT