

Menus "régimes" pour la semaine du 30 mars au 05 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	Concombres		Taboulé		Sardines		Salade printanière*		Tomates		Betteraves		Salade des champs*	
Sans sel	Concombres		Semoule, tomates et concombres		Salade verte		iceberg, carottes, radis		Tomates		Betteraves		Carottes, chou fleur, petits pois	
Sans sel et sans sucre	Concombres		Semoule, tomates et concombres		Salade verte		iceberg, carottes, radis		Tomates		Betteraves		Carottes, chou fleur, petits pois	
Diabétique	Concombres		Céleri rave		Sardines		Salade printanière*		Tomates		Betteraves		Salade des champs*	
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	Rôti de dinde au jus		Hâché au bœuf Stroganoff		Bœuf bourguignon		Aiguillette de poulet, crème d'asperges		Curry de poisson		Rôti de bœuf froid		Côte de veau aux petits pois	
Sans sel	Rôti de dinde au jus		Hâché au bœuf Stroganoff		Bœuf bourguignon		Aiguillette de poulet, crème d'asperges		Curry de poisson		Rôti de bœuf froid		Côte de veau aux petits pois	
Sans sel et sans sucre	Rôti de dinde au jus		Hâché au bœuf Stroganoff		Bœuf bourguignon		Aiguillette de poulet, crème d'asperges		Curry de poisson		Rôti de bœuf froid		Côte de veau aux petits pois	
Diabétique	Rôti de dinde au jus		Hâché au bœuf Stroganoff		Bœuf bourguignon		Aiguillette de poulet, crème d'asperges		Curry de poisson		Rôti de bœuf froid		Côte de veau aux petits pois	
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	Choux de Bruxelles, carottes		Haricots beurre		Jeunes carottes		Haricots verts		Epinards		Poêlée de légumes		Plat complet	
Sans sel	Choux de Bruxelles, carottes		Tortis		Riz		Haricots verts		Semoule		Purée		Plat complet	
Sans sel et sans sucre	Choux de Bruxelles, carottes		Tortis		Riz		Haricots verts		Semoule		Purée		Plat complet	
Diabétique	Choux de Bruxelles, carottes+ pâtes		Haricots beurre+ tortis		Riz+ jeunes carottes		Haricots verts+ pommes noisettes		Semoule+ épinards		Poêlée de légumes+ purée		Plat complet	
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		Suisse nature		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Camembert		Suisse aromatisé		Saint Nectaire		Suisse sucré		Emmental		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Camembert		Suisse nature		Saint Nectaire		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
Diabétique	Camembert		Suisse nature		Saint Nectaire		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Mousse au chocolat		Fruit		Crème dessert chocolat		Génoise fourée vanille framboise		Compote de pommes		Fruit		Noix japonnaise	
Autres régimes	Entremets chocolat sans sucre		Fruit		Yaourt fruits 0%		Entremets fruits rouges sans sucre		Compote sans sucre		Fruit		Noix japonnaise	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT

*Salade printanière: iceberg, carottes, radis, surimi

*Salade des Champs: carottes, choux fleurs, petits pois, cornichons et maïs