

# Menus "régimes" pour la semaine du 04 au 10 mai 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	
<b>ENTREES</b>														
Hypocalorique	Carottes râpées		Radis, beurre		Salade Arlequin*		Tomates		Poisson froid, tomate et citron		Bouquets, beurre		Salade de pommes de terre, tomates et ciboulette	
Sans sel	Carottes râpées		Radis, beurre		Salade Arlequin*		Tomates		Poisson froid, tomate et citron		Bouquets, beurre		Salade de pommes de terre, tomates et ciboulette	
Sans sel et sans sucre	Carottes râpées		Radis, beurre		Salade Arlequin*		Tomates		Poisson froid, tomate et citron		Bouquets, beurre		Salade de pommes de terre, tomates et ciboulette	
Diabétique	Carottes râpées		Radis, beurre		Salade Arlequin*		Tomates		Poisson froid, tomate et citron		Bouquets, beurre		Salade de pommes de terre, tomates et ciboulette	
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	
<b>PLATS PROTIDIQUES</b>														
Hypocalorique	Rôti de porc		Daube de bœuf provençale		Poulet rôti		Sauté de dinde Marengo		Tournedos faux filet, sauce poivrade		Côte de porc au jus		Pavé de saumon rôti fondue d'oseille	
Sans sel	Rôti de porc		Daube de bœuf provençale		Poulet rôti		Sauté de dinde Marengo		Tournedos faux filet, sauce poivrade		Côte de porc au jus		Pavé de saumon rôti fondue d'oseille	
Sans sel et sans sucre	Rôti de porc		Daube de bœuf provençale		Poulet rôti		Sauté de dinde Marengo		Tournedos faux filet, sauce poivrade		Côte de porc au jus		Pavé de saumon rôti fondue d'oseille	
Diabétique	Rôti de porc		Daube de bœuf provençale		Poulet rôti		Sauté de dinde Marengo		Tournedos faux filet, sauce poivrade		Côte de porc au jus		Pavé de saumon rôti fondue d'oseille	
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	
<b>LEGUMES</b>														
Hypocalorique	Haricots verts		Carottes rondelles		Tomate rôtie, semoule		Poêlée de légumes		Pommes anna et tomates provençales		Haricots beurre		Epinards	
Sans sel	Macaronis		Carottes rondelles		Tomate rôtie, semoule		Poêlée de légumes		Pommes anna et tomates provençales		Purée		Macaronis roquette	
Sans sel et sans sucre	Macaronis		Carottes rondelles		Tomate rôtie, semoule		Poêlée de légumes		Pommes anna et tomates provençales		Purée		Macaronis roquette	
Diabétique	Macaronis+ haricots verts		Carottes rondelles+ Purée		Tomate rôtie, semoule		Poêlée de légumes+ frites au four		Pommes anna et tomates provençales		Haricots beurre+ purée		Macaronis roquette+ épinards	
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	
<b>FROMAGE</b>														
Hypocalorique	Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Yaourt sucré		Emmental		Saint Nectaire		Yaourt aromatisé		Pont l'Evêque		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Yaourt 0%		Emmental		Saint Nectaire		Yaourt 0%		Pont l'Evêque		Fromage		Fromage	
Diabétique	Yaourt 0%		Emmental		Saint Nectaire		Yaourt 0%		Pont l'Evêque		Fromage		Fromage	
<b>DESSERT</b>														
Sans sel	Fruit		Compote pomme, framboise		Gâteau au chocolat, crème anglaise		Fruit		Le Fraisier pâte d'amande et pistache		Beignet aux pommes		Moka café	
Autres régimes	Fruit		Compote sans sucre		Entremets fruits rouges sans sucre		Fruit		Le Fraisier pâte d'amande et pistache		Pomme cuite		Entremets chocolat sans sucre	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT