

Menus "régimes" pour la semaine du 06 au 12 avril 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	Concombres		Carottes râpées		Macédoine		Salade César*		Œuf dur		Salade de pâtes aux légumes		Brocolis à la crème	
Sans sel	Concombres		Carottes râpées		Macédoine		Salade, tomates		Macédoine		Salade de pâtes aux légumes		Brocolis à la crème	
Sans sel et sans sucre	Concombres		Carottes râpées		Macédoine		Salade, tomates		Macédoine		Salade de pâtes aux légumes		Brocolis à la crème	
Diabétique	Concombres		Carottes râpées		Macédoine		Salade César*		Œuf dur		Salade de pâtes aux légumes		Brocolis à la crème	
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, Vallée d'Auge		Carré de merlu bordelaise		Poulet rôti au citron		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Steak haché		Langue de bœuf, sauce Madère	
Sans sel	Rôti de dinde, Vallée d'Auge		Carré de merlu bordelaise		Poulet rôti au citron		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Steak haché		Langue de bœuf, sauce Madère	
Sans sel et sans sucre	Rôti de dinde, Vallée d'Auge		Carré de merlu bordelaise		Poulet rôti au citron		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Steak haché		Langue de bœuf, sauce Madère	
Diabétique	Rôti de dinde, Vallée d'Auge		Carré de merlu bordelaise		Poulet rôti au citron		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson à la crème		Steak haché		Langue de bœuf, sauce Madère	
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		Ratatouille		Tomate au four, boulgour		Poêlée de courgettes à la provençale		Epinards à la crème		Poêlée de légumes		Haricots verts	
Sans sel	Petits pois, carottes		Ratatouille		Tomate au four, boulgour		Purée		Riz		Poêlée de légumes		Pâtes	
Sans sel et sans sucre	Petits pois, carottes		Ratatouille		Tomate au four, boulgour		Purée		Riz		Poêlée de légumes		Pâtes	
Diabétique	Petits pois, carottes+coquillettes		Ratatouille+ frites au four		Tomate au four, boulgour		Poêlée de courgettes à la provençale+ purée		Riz+ épinards à la crème		Poêlée de légumes+ pommes vapeur		Haricots verts+ pâtes	
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	Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Suisse aromatisé		Pyrénées		Saint Paulin		Yaourt sucré		Vache qui rit		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Suisse nature		Pyrénées		Saint Paulin		Yaourt 0%		Vache qui rit		Fromage		Fromage	
Diabétique	Suisse nature		Pyrénées		Saint Paulin		Yaourt 0%		Vache qui rit		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Liégeois chocolat		Ananas au sirop		Compote pomme, framboise		Gâteau au yaourt		Fruit		Verrine Mont Blanc		Napolitain café chocolat	
Autres régimes	Fromage blanc 0%		Fruit sirop allégé		Compote sans sucre		Fruit		Fruit		Fromage blanc 0%		Napolitain café chocolat	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT

*Salade César : salade iceberg, tomate, poulet, fromage et croûtons