

# Menus "régimes" pour la semaine du 25 au 31 mars 2019



NOM :

REGIME :

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
<b>POTAGE</b>	<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>	
<b>ENTREES</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Chou fleur cuit		Salade basque*		Tomate, cœur de palmier		Salade printanière*		Pomelos		Betteraves		Poireaux	
<b>Sans sel</b>	Chou fleur cuit		Pommes de terre, tomates et persil		Tomate		Salade printanière*		Pomelos		Betteraves		Poireaux	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Chou fleur cuit		Pommes de terre, tomates et persil		Tomate		Salade printanière*		Pomelos		Betteraves		Poireaux	
<b>Diabétique</b>	Chou fleur cuit		Salade basque*		Tomate, cœur de palmier		Salade printanière*		Pomelos		Betteraves		Poireaux	
<b>Options</b>	<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>	
<b>PLATS PROTIDIQUES</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Filet de poulet au jus		Paupiette de veau, sauce forestière		Poularde au Muscadet		Rôti de bœuf froid		Dos de colin, sauce safranée		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Cuisse de lapin chasseur	
<b>Sans sel</b>	Filet de poulet au jus		Steak haché		Poularde au Muscadet		Rôti de bœuf froid		Dos de colin, sauce safranée		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Cuisse de lapin chasseur	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Filet de poulet au jus		Steak haché		Poularde au Muscadet		Rôti de bœuf froid		Dos de colin, sauce safranée		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Cuisse de lapin chasseur	
<b>Diabétique</b>	Filet de poulet au jus		Paupiette de veau, sauce forestière		Poularde au Muscadet		Rôti de bœuf froid		Dos de colin, sauce safranée		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Cuisse de lapin chasseur	
<b>Options</b>	<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>	
<b>LEGUMES</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Jeunes carottes		Haricots verts		Printanière aux légumes		Poêlée de légumes		Chou fleur persillé		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
<b>Sans sel</b>	Coquillettes		Haricots verts		Printanière aux légumes		Poêlée de légumes		Riz		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Coquillettes		Haricots verts		Printanière aux légumes		Poêlée de légumes		Riz		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
<b>Diabétique</b>	Jeunes carottes+ coquillettes		Haricots verts+ lentilles		Printanière aux légumes+ pommes vapeur		Poêlée de légumes + purée		Chou fleur persillé+ riz		Haricots beurre+ pâtes		Salsifis, carottes+ pommes noisettes	
<b>Options</b>	<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>	
<b>FROMAGE</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
<b>Sans sel</b>	Gouda		Yaourt sucré		Tome grise		Suisse sucré		Emmental		Fromage		Fromage	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Gouda		Yaourt 0%		Tome grise		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
<b>Diabétique</b>	Gouda		Yaourt 0%		Tome grise		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
<b>DESSERT</b>														
<b>Sans sel</b>	Nappé caramel		Fruit		Muffin pépites de chocolat		Pomme cuite		Fruit		Suisse sucré		Mille feuille vanille	
<b>Autres régimes</b>	Yaourt 0%		Fruit		Entremets chocolat sans sucre		Pomme cuite		Fruit		Suisse nature		Entremets vanille sans sucre	

**CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT**