

Menus "régimes" pour la semaine du 29 avril au 5 mai 2019



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	Carottes râpées		Betteraves		Assortiment de crudités		Radis, beurre		Salade Arlequin*		Brocolis, crème de curry		Tomates	
Sans sel	Carottes râpées		Betteraves		Assortiment de crudités		Radis, beurre		Concombres et tomates		Brocolis		Tomates	
Sans sel et sans sucre	Carottes râpées		Betteraves		Assortiment de crudités		Radis, beurre		Concombres et tomates		Brocolis		Tomates	
Diabétique	Carottes râpées		Betteraves		Assortiment de crudités		Radis, beurre		Salade Arlequin*		Brocolis, crème de curry		Tomates	
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	Poulet rôti		Rôti de bœuf froid		Ballotine de volaille farcie, marinade de cèpes		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Filet de poulet au jus		Navarin d'agneau printanier	
Sans sel	Poulet rôti		Rôti de bœuf froid		Ballotine de volaille farcie, marinade de cèpes		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Filet de poulet au jus		Navarin d'agneau printanier	
Sans sel et sans sucre	Poulet rôti		Rôti de bœuf froid		Ballotine de volaille farcie, marinade de cèpes		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Filet de poulet au jus		Navarin d'agneau printanier	
Diabétique	Poulet rôti		Rôti de bœuf froid		Ballotine de volaille farcie, marinade de cèpes		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Filet de poulet au jus		Navarin d'agneau printanier	
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	Haricots verts		Ratatouille		Haricots beurre		Courgettes		Epinards à la crème		Légumes couscous		Plat complet	
Sans sel	Haricots verts		Ratatouille		Haricots beurre		Pâtes		Epinards à la crème		Légumes couscous		Plat complet	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Ratatouille		Haricots beurre		Pâtes		Epinards à la crème		Légumes couscous		Plat complet	
Diabétique	Haricots verts+ tortis		Ratatouille+ frites au four		Haricots beurre+ pommes sarladaises		Courgettes+ pâtes		Epinards à la crème+ pommes vapeur		Légumes couscous+ semoule		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		Yaourt 0%		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Mimolette		Yaourt aromatisé		Fromage de chèvre		Suisse aromatisé		Cœur de Neufchâtel		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Mimolette		Yaourt 0%		Fromage de chèvre		Suisse nature		Cœur de Neufchâtel		Fromage		Fromage	
Diabétique	Mimolette		Yaourt 0%		Fromage de chèvre		Suisse nature		Cœur de Neufchâtel		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit		Compote de pommes		Dacquoise aux noix		Cocktail de fruits		Gâteau au yaourt, crème anglaise		Nappé caramel		Verrine Pomme vertes, mousse caramel et cannelle	
Autres régimes	Fruit		Compote sans sucre		Entremets fruits rouges sans sucre		Salade de fruits		Yaourt aux fruits 0%		Entremets vanille sans sucre		Pomme cuite	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT