

Menus "régimes" pour la semaine du 6 au 12 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		Radis, beurre		Bouquet d'asperges, sauce César, herbes fraîches		Concombres		Salade de haricots verts, emmental et noix		Bouquets, beurre		Salade de pommes de terre, tomates et ciboulette	
Sans sel	Carottes râpées		Radis, beurre		Poisson froid, citron et tomate		Concombres		Salade de haricots verts et tomates		Bouquets, beurre		Salade de pommes de terre, tomates et ciboulette	
Sans sel et sans sucre	Carottes râpées		Radis, beurre		Poisson froid, citron et tomate		Concombres		Salade de haricots verts et tomates		Bouquets, beurre		Salade de pommes de terre, tomates et ciboulette	
Diabétique	Carottes râpées		Radis, beurre		Bouquet d'asperges, sauce César, herbes fraîches		Concombres		Salade de haricots verts, emmental et noix		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	
PLATS PROTIDIQUES														
Hypocalorique	Jambon grill, sauce Napolitaine		Fricassée de volaille basquaise		Rôti de bœuf froid		Paupiette de veau, sauce chasseur		Gratin de poisson au fromage		Côte de porc au jus		Cuisse de pintade à l'orange	
Sans sel	Jambon sans sel		Fricassée de volaille basquaise		Rôti de bœuf froid		Paupiette de veau, sauce chasseur		Gratin de poisson au fromage		Côte de porc au jus		Cuisse de pintade à l'orange	
Sans sel et sans sucre	Jambon sans sel		Fricassée de volaille basquaise		Rôti de bœuf froid		Paupiette de veau, sauce chasseur		Gratin de poisson au fromage		Côte de porc au jus		Cuisse de pintade à l'orange	
Diabétique	Jambon grill, sauce Napolitaine		Fricassée de volaille basquaise		Rôti de bœuf froid		Paupiette de veau, sauce chasseur		Gratin de poisson au fromage		Côte de porc au jus		Cuisse de pintade à l'orange	
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	Chou fleur		Haricots beurre		Poêlée de légumes		Carottes rondelles		Poireaux à la crème		Haricots verts		Céleri braisé	
Sans sel	Coquillettes		Haricots beurre		Poêlée de légumes		Purée		Riz		Haricots verts		Céleri braisé	
Sans sel et sans sucre	Coquillettes		Haricots beurre		Poêlée de légumes		Purée		Riz		Haricots verts		Céleri braisé	
Diabétique	Coquillettes+ chou fleur		Haricots beurre+ semoule		Poêlée de légumes+ pommes Anna, tomate provençale		Carottes rondelles+ purée		Poireaux à la crème+ riz		Haricots verts+ haricots blancs à la bretonne		Céleri braisé+ Pommes Roty	
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	Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Yaourt sucré		Bûchette lait mélange		Pont l'Evêque		Yaourt aromatisé		Emmental		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Yaourt 0%		Bûchette lait mélange		Pont l'Evêque		Yaourt 0%		Emmental		Fromage		Fromage	
Diabétique	Yaourt 0%		Bûchette lait mélange		Pont l'Evêque		Yaourt 0%		Emmental		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit		Compote pomme, framboise		Fraisier "pâte d'amande, pistache"		Fruit		Yaourt pulpé		Riz au lait		Eclair au chocolat	
Autres régimes	Fruit		Compote sans sucre		Entremets fruits rouges sans sucre		Fruit		Yaourt fruits 0%		Riz au lait sans sucre		Entremets chocolat sans sucre	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT