

Menus "régimes" pour la semaine du 8 au 14 avril 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	Concombres		Chou fleur mimosa		Radis, beurre		Salade César*		Œuf dur		Salade de pâtes aux légumes		Salade verte	
Sans sel	Concombres		Chou fleur mimosa		Radis, beurre		Salade, tomates		Tomates		Salade de pâtes aux légumes		Salade verte	
Sans sel et sans sucre	Concombres		Chou fleur mimosa		Radis, beurre		Salade, tomates		Tomates		Salade de pâtes aux légumes		Salade verte	
Diabétique	Concombres		Chou fleur mimosa		Radis, beurre		Salade César*		Œuf dur		Salade de pâtes aux légumes		Salade verte	
<i>Options</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>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>	
PLATS PROTIDIQUES														
Hypocalorique	Rôti de dinde, Vallée d'Auge		Omelette		Bœuf bourguignon		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Escalope de volaille "Terre et Mer"		Civet de lapin	
Sans sel	Rôti de dinde, Vallée d'Auge		Omelette		Bœuf bourguignon		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Escalope de volaille "Terre et Mer"		Civet de lapin	
Sans sel et sans sucre	Rôti de dinde, Vallée d'Auge		Omelette		Bœuf bourguignon		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Escalope de volaille "Terre et Mer"		Civet de lapin	
Diabétique	Rôti de dinde, Vallée d'Auge		Omelette		Bœuf bourguignon		Bœuf égrené, coulis de tomates		Poisson à la crème		Escalope de volaille "Terre et Mer"		Civet de lapin	
<i>Options</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>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>	
LEGUMES														
Hypocalorique	Haricots verts		Ratatouille		Tomate provençale, boulgour		Poêlée de courgettes à la provençale		Epinards à la crème		Poêlée de légumes		Salsifis, carottes	
Sans sel	Haricots verts		Purée		Tomate provençale, boulgour		Poêlée de courgettes à la provençale		Riz		Poêlée de légumes		Tagliatelles, ciboulette	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Purée		Tomate provençale, boulgour		Poêlée de courgettes à la provençale		Riz		Poêlée de légumes		Tagliatelles, ciboulette	
Diabétique	Haricots verts+ pommes vapeur		Ratatouille+ purée		Tomate provençale, boulgour		Poêlée de courgettes à la provençale+ purée		Riz+ épinards à la crème		Poêlée de légumes+ pommes fondantes		Tagliatelles, ciboulette+ salsifis, carottes	
<i>Options</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>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>	
FROMAGE														
Hypocalorique	Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Saint Paulin		Yaourt sucré		Brie		Yaourt sucré		Vache qui rit		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Saint Paulin		Yaourt 0%		Brie		Yaourt 0%		Vache qui rit		Fromage		Fromage	
Diabétique	Saint Paulin		Yaourt 0%		Brie		Yaourt 0%		Vache qui rit		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Liégeois chocolat		Ananas au sirop		Entremets biscuité vanille		Cocktail de fruits		Fruit		Verrine Tiramisu		Chou à la crème Cointreau	
Autres régimes	Fromage blanc 0%		Fruit sirop allégé		Entremets vanille sans sucre		Salade de fruits		Fruit		Entremets fruits rouges sans sucre		Fruit	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT