

Menus "REGIMES" MIDI pour la semaine du 13 au 19 Septembre 2021

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
ENTREE														
Hypocalorique	Radis, beurre		Betteraves		Salade fraîcheur (concombre, pastèque)		Tomates		Melon		Macédoine, surimi		Salade du chef*	
Sans sel	Radis, beurre		Betteraves		Salade fraîcheur (concombre, pastèque)		Tomates		Melon		Macédoine		Salade, tomates	
Sans sel et sans sucre	Radis, beurre		Betteraves		Salade fraîcheur (concombre, pastèque)		Tomates		Melon		Macédoine		Salade, tomates	
Diabétique	Radis, beurre		Betteraves		Salade fraîcheur (concombre, pastèque)		Tomates		Melon		Macédoine, surimi		Salade du chef*	
OPTIONS	<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>	
PLAT														
Hypocalorique	Filet de poulet au jus		Steak de colin à la provençale		Poulet rôti		Tranche de bœuf braisé à l'échalote		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Cuisse de canette rôtie	
Sans sel	Filet de poulet au jus		Steak de colin à la provençale		Poulet rôti		Tranche de bœuf braisé à l'échalote		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Cuisse de canette rôtie	
Sans sel et sans sucre	Filet de poulet au jus		Steak de colin à la provençale		Poulet rôti		Tranche de bœuf braisé à l'échalote		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Cuisse de canette rôtie	
Diabétique	Filet de poulet au jus		Steak de colin à la provençale		Poulet rôti		Tranche de bœuf braisé à l'échalote		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Cuisse de canette rôtie	
OPTIONS	<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>	
GARNITURE														
Hypocalorique	Petits pois, carottes		Duo de choux fleurs, brocolis		Jardinière de légumes		Carottes rondelles		Epinards à la crème		Poêlée campagnarde		Céleri braisé	
Sans sel	Petits pois, carottes		Riz		Jardinière de légumes		Farfalles		Epinards à la crème		Poêlée campagnarde		Céleri braisé	
Sans sel et sans sucre	Petits pois, carottes		Riz		Jardinière de légumes		Farfalles		Epinards à la crème		Poêlée campagnarde		Céleri braisé	
Diabétique	Petits pois, carottes+ pommes vapeur		Duo de choux fleurs, brocolis+ riz		Jardinière de légumes+ pommes rissolées		Carottes rondelles+ farfalles		Epinards à la crème+ pommes vapeur		Poêlée campagnarde+ pâtes		Céleri braisé+ pommes sarladaises	
OPTIONS	<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/LAITAGE														
Hypocalorique	Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Carré de l'Est		Suisse sucré		Saint Nectaire		Yaourt aromatisé		Emmental		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Carré de l'Est		Suisse nature		Saint Nectaire		Yaourt 0%		Emmental		Fromage		Fromage	
Diabétique	Carré de l'Est		Suisse nature		Saint Nectaire		Yaourt 0%		Emmental		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Mousse au chocolat		Compote pomme, fraise		Muffin aux framboises		Fruit		Génoise au chocolat, crème anglaise		Ile flottante		Mille feuille vanille	
Autres régimes	Entremets chocolat sans sucre		Compote sans sucre		Entremets aux fruits rouges		Fruit		Yaourt fruit 0%		Fruit sirop allégé		Mille feuille vanille	
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	

*Salade du chef: salade, tomate, fromage et maïs