

## Menus "REGIMES" MIDI pour la semaine du 20 au 26 Septembre 2021

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
<b>ENTREE</b>														
Hypocalorique	Macédoine		Concombres		Tomate, cœur de palmier		Carottes râpées		Salade basque*		Salade de haricots verts niçoise		Terrine de poisson	
Sans sel	Macédoine		Concombres		Tomates		Carottes râpées		Pommes de terre, tomates, persil		Haricots verts, tomates, poivrons		Pamplemousse	
Sans sel et sans sucre	Macédoine		Concombres		Tomates		Carottes râpées		Pommes de terre, tomates, persil		Haricots verts, tomates, poivrons		Pamplemousse	
Diabétique	Macédoine		Concombres		Tomate, cœur de palmier		Carottes râpées		Salade basque*		Salade de haricots verts niçoise		Terrine de poisson	
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>	
<b>PLAT</b>														
Hypocalorique	Hâché de bœuf, sauce barbecue		Escalope de volaille, thym, citron		Coq au cidre		Omelette		Poisson à la crème		Jambon Vendéen, sauce Diable		Cuisse de lapin chasseur	
Sans sel	Steak haché		Escalope de volaille, thym, citron		Coq au cidre		Omelette		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Cuisse de lapin chasseur	
Sans sel et sans sucre	Steak haché		Escalope de volaille, thym, citron		Coq au cidre		Omelette		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Cuisse de lapin chasseur	
Diabétique	Hâché de bœuf, sauce barbecue		Escalope de volaille, thym, citron		Coq au cidre		Omelette		Poisson à la crème		Jambon Vendéen, sauce Diable		Cuisse de lapin chasseur	
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>	
<b>GARNITURE</b>														
Hypocalorique	Haricots verts		Courgettes		Gratin de blettes		Ratatouille		Choux fleurs		Jeunes carottes		Haricots beurre	
Sans sel	Blé		Courgettes		Pommes vapeur		Pâtes		Choux fleurs		Mogettes		Haricots beurre	
Sans sel et sans sucre	Blé		Courgettes		Pommes vapeur		Pâtes		Choux fleurs		Mogettes		Haricots beurre	
Diabétique	Blé+ haricots verts		Courgettes+ frites au four		Pommes vapeur+ gratin de blettes		Ratatouille+ pâtes		Choux fleurs+ purée		Mogettes+ jeunes carottes		Haricots beurre+ pommes noisettes	
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>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/LAITAGE</b>														
Hypocalorique	Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Camembert		Suisse aromatisé		Emmental		Yaourt sucré		Cantafrais		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Camembert		Suisse nature		Emmental		Yaourt 0%		Cantafrais		Fromage		Fromage	
Diabétique	Camembert		Suisse nature		Emmental		Yaourt 0%		Cantafrais		Fromage		Fromage	
<b>DESSERT</b>														
Sans sel	Compote pomme, abricot		Fruit de saison		Mousse au chocolat		Gâteau aux pommes		Nappé caramel		Fruit		Tarte tropézienne	
Autres régimes	Compote sans sucre		Fruit de saison		Entremets chocolat sans sucre		Pomme cuite		Entremets vanille sans sucre		Fruit		Tarte tropézienne	
<b>POTAGE</b>	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	

\*Salade basque: pommes de terre, tomates et thon