

Menus "régimes" pour la semaine du 12 au 18 août 2019



NOM :

RÉGIME :

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	
ENTREES														
Hypocalorique	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Salade César*		Melon		Betteraves		Carottes râpées		Taboulé	
Sans sel	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Salade César*		Melon		Betteraves		Carottes râpées		Semoule, tomates, concombres	
Sans sel et sans sucre	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Salade César*		Melon		Betteraves		Carottes râpées		Semoule, tomates, concombres	
Diabétique	Radis, beurre		Tomates vinaigrette		Salade César*		Melon		Betteraves		Carottes râpées		Taboulé	
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>	
PLATS PROTIDIQUES														
Hypocalorique	Paupiette de veau, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Canard confit		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Navarin d'agneau printanier (plat complet)	
Sans sel	Steak haché, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Canard confit		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Navarin d'agneau printanier (plat complet)	
Sans sel et sans sucre	Steak haché, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Canard confit		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Navarin d'agneau printanier (plat complet)	
Diabétique	Paupiette de veau, sauce charcutière		Poulet rôti citron		Hâché de bœuf, sauce barbecue		Canard confit		Gratin de poisson à la dieppoise		Côte de porc au jus grillée		Navarin d'agneau printanier (plat complet)	
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>	
LEGUMES														
Hypocalorique	Haricots verts		Petits pois, carottes		Courgettes		Céleri, carottes		Epinards		Poêlée de légumes		plat complet	
Sans sel	Haricots verts		Petits pois, carottes		Pâtes		Céleri, carottes		Riz		Poêlée de légumes		plat complet	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Petits pois, carottes		Pâtes		Céleri, carottes		Riz		Poêlée de légumes		plat complet	
Diabétique	Haricots verts+ pommes vapeur		Petits pois, carottes+ pommes noisettes		Courgettes+ pâtes		Céleri, carottes+ pommes sarladaises		Epinards + riz		Poêlée de légumes+ pâtes		plat complet	
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														
Hypocalorique	Petit suisse nature		Fromage allégé		Yaourt nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Petit suisse aromatisé		Rondelé nature		Yaourt aromatisé		Fromage de crème		Edam		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Petit suisse nature		Rondelé nature		Yaourt nature		Fromage de crème		Edam		Fromage		Fromage	
Diabétique	Petit suisse nature		Rondelé nature		Yaourt nature		Fromage de crème		Edam		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Compote de pomme, fraise		Liégeois au chocolat		Fruit		Brownies aux noix, sauce anglaise		Yaourt pulpé		Fromage blanc, lemon curd		Pain au lait tropézien	
Autres régimes	Compote sans sucre		Entremets chocolat sans sucre		Fruit		Entremets fruits rouges sans sucre		Yaourt fruits 0%		Fromage blanc 0%		Salade de fruits	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT