

Menus "régimes" pour la semaine du 14 au 20 octobre 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	Betteraves		Salade deauvillaise*		Carottes râpées		Salade verte, mimolette		Tomates		Salade de pois chiches, miettes de poisson blanc		Bouquets	
Sans sel	Betteraves		Chou blanc aux raisins		Carottes râpées		Salade verte		Tomates		Salade de pois chiches, miettes de poisson blanc		Bouquets	
Sans sel et sans sucre	Betteraves		Chou blanc aux raisins		Carottes râpées		Salade verte		Tomates		Salade de pois chiches, miettes de poisson blanc		Bouquets	
Diabétique	Betteraves		Salade deauvillaise*		Carottes râpées		Salade verte, mimolette		Tomates		Salade de pois chiches, miettes de poisson blanc		Bouquets	
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	Rôti de porc au jus		Filet de poulet au jus		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poulet rôti		Poisson à la crème		Côte de porc grillée		Navarin d'agneau (plat complet)	
Sans sel	Rôti de porc au jus		Filet de poulet au jus		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poulet rôti		Poisson à la crème		Côte de porc grillée		Navarin d'agneau (plat complet)	
Sans sel et sans sucre	Rôti de porc au jus		Filet de poulet au jus		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poulet rôti		Poisson à la crème		Côte de porc grillée		Navarin d'agneau (plat complet)	
Diabétique	Rôti de porc au jus		Filet de poulet au jus		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poulet rôti		Poisson à la crème		Côte de porc grillée		Navarin d'agneau (plat complet)	
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	Carottes persillées		Haricots verts		Courgettes		Ratatouille		Chou fleur		Haricots beurre		Plat complet	
Sans sel	Carottes persillées		Pommes vapeur		Riz		Ratatouille		Pommes vapeur		Haricots beurre		Plat complet	
Sans sel et sans sucre	Carottes persillées		Pommes vapeur		Riz		Ratatouille		Pommes vapeur		Haricots beurre		Plat complet	
Diabétique	Carottes persillées+ haricots blancs		Pommes vapeur+ haricots verts		Courgettes+ riz		Ratatouille+ semoule		Chou fleur+ pommes vapeur		Haricots beurre+ purée		Plat complet	
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	Suisse nature		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Suisse sucré		Mimolette		Yaourt sucré		Cantafrais		Tome blanche		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Suisse nature		Mimolette		Yaourt 0%		Cantafrais		Tome blanche		Fromage		Fromage	
Diabétique	Suisse nature		Mimolette		Yaourt 0%		Cantafrais		Tome blanche		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit		Liégeois chocolat		Compote de pommes		Carré coco		Yaourt pulpé		Fruit		Moka cointreau	
Autres régimes	Fruit		Entremets chocolat sans sucre		Compote sans sucre		Entremets fruits rouges sans sucre		Yaourt fruits 0%		Fruit		Moka cointreau	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT