

Menus "régimes" pour la semaine du 17 au 23 juin 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	Carottes râpées		Tomates		Melon		Concombres		Betteraves		Verrine de saumon à la parisienne		Brocolis, sauce César	
Sans sel	Carottes râpées		Tomates		Melon		Concombres		Betteraves		Verrine de saumon à la parisienne		Brocolis, sauce César	
Sans sel et sans sucre	Carottes râpées		Tomates		Melon		Concombres		Betteraves		Verrine de saumon à la parisienne		Brocolis, sauce César	
Diabétique	Carottes râpées		Tomates		Melon		Concombres		Betteraves		Verrine de saumon à la parisienne		Brocolis, sauce César	
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	Pavé de saumon à l'oseille		Rôti de bœuf froid		Poulet rôti, crumble d'ail		Boulettes de bœuf		Dos de colin florentine et tomates cerises		Côte de porc grillée		Cuisse de canette au poivre vert	
Sans sel	Pavé de saumon à l'oseille		Rôti de bœuf froid		Poulet rôti		Boulettes de bœuf		Dos de colin florentine et tomates cerises		Côte de porc grillée		Cuisse de canette au poivre vert	
Sans sel et sans sucre	Pavé de saumon à l'oseille		Rôti de bœuf froid		Poulet rôti		Boulettes de bœuf		Dos de colin florentine et tomates cerises		Côte de porc grillée		Cuisse de canette au poivre vert	
Diabétique	Pavé de saumon à l'oseille		Rôti de bœuf froid		Poulet rôti, crumble d'ail		Boulettes de bœuf		Dos de colin florentine et tomates cerises		Côte de porc grillée		Cuisse de canette au poivre vert	
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	Brocolis		Jardinière de légumes		Piperade		Poêlée campagnarde		Poêlée de courgettes		Ratatouille		Tomates rôties, gratin dauphinois	
Sans sel	Purée		Jardinière de légumes		Piperade		Semoule		Mini penne		Ratatouille		Tomates rôties, gratin dauphinois	
Sans sel et sans sucre	Purée		Jardinière de légumes		Piperade		Semoule		Mini penne		Ratatouille		Tomates rôties, gratin dauphinois	
Diabétique	Brocolis+ purée		Jardinière de légumes+ frites au four		Piperade+ pommes fondantes		Poêlée campagnarde+ semoule		Poêlée de courgettes+ mini penne		Ratatouille+ pommes vapeur		Tomates rôties, gratin dauphinois	
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	Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Rondelé ail et fines herbes		Suisse sucré		Edam		Yaourt sucré		Saint Paulin		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Rondelé ail et fines herbes		Suisse nature		Edam		Yaourt 0%		Saint Paulin		Fromage		Fromage	
Diabétique	Rondelé ail et fines herbes		Suisse nature		Edam		Yaourt 0%		Saint Paulin		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Liégeois vanille		Compote de pomme, abricot		Muffin pépites de chocolat		fruit		Panacotta fraise curd		Fromage blanc sucré		Génoise tropézienne, crème anglaise	
Autres régimes	Entremets vanille sans sucre		Compote sans sucre		Yaourt fruits 0%		fruit		Fruit sirop allégé		Fromage blanc 0%		Salade de fruits	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT