

Menus "régimes" pour la semaine du 19 au 25 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	Salade de pomme de terre, tomates et œuf		Melon		Tomate, miettes de thon		Pastèque		Concombres		Médaille de surimi		Céleri rave	
Sans sel	Salade de pomme de terre, tomates et ciboulette		Melon		Tomate		Pastèque		Concombres		Pamplemousse		Céleri rave	
Sans sel et sans sucre	Salade de pomme de terre, tomates et ciboulette		Melon		Tomate		Pastèque		Concombres		Pamplemousse		Céleri rave	
Diabétique	Salade de pomme de terre, tomates et œuf		Melon		Tomate, miettes de thon		Pastèque		Concombres		Médaille de surimi		Céleri rave	
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	Boulettes de bœuf, sauce tomate		Curry de volaille		Pavé de saumon rôti florentine		Bœuf égrené, coulis de tomate		Poisson poché, citron		Poulet rôti		Gigot d'agneau froid	
Sans sel	Steak haché, sauce tomate		Curry de volaille		Pavé de saumon rôti florentine		Bœuf égrené, coulis de tomate		Poisson poché, citron		Poulet rôti		Gigot d'agneau froid	
Sans sel et sans sucre	Steak haché, sauce tomate		Curry de volaille		Pavé de saumon rôti florentine		Bœuf égrené, coulis de tomate		Poisson poché, citron		Poulet rôti		Gigot d'agneau froid	
Diabétique	Boulettes de bœuf, sauce tomate		Curry de volaille		Pavé de saumon rôti florentine		Bœuf égrené, coulis de tomate		Poisson poché, citron		Poulet rôti		Gigot d'agneau froid	
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		Courgettes		Epinards		Haricots beurre		Poêlée de ratatouille		Petits pois, carottes		Carottes rondelles	
Sans sel	Coquillettes		Semoule		Epinards		Purée		Poêlée de ratatouille		Petits pois, carottes		Carottes rondelles	
Sans sel et sans sucre	Coquillettes		Semoule		Epinards		Purée		Poêlée de ratatouille		Petits pois, carottes		Carottes rondelles	
Diabétique	Haricots verts+ coquillettes		courgettes + semoule		Epinards+ pommes vapeur		Purée+ haricots beurre		Poêlée de ratatouille et riz		Petits pois, carottes+ purée		Carottes rondelles+ flageolets	
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		Yaourt nature 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Camembert		Yaourt aromatisé		Bûchette		Saint Paulin		Yaourt sucré		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Camembert		Yaourt nature 0%		Bûchette		Saint Paulin		Yaourt 0%		Fromage		Fromage	
Diabétique	Camembert		Yaourt nature 0%		Bûchette		Saint Paulin		Yaourt 0%		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit		Liégeois vanille		Gâteau au yaourt, crème anglaise		Compote pomme, framboise		Eclair au chocolat		Fromage blanc, confiture		Teurgoule	
Autres régimes	Fruit		Entremets vanille sans sucre		Fruit		Compote sans sucre		Entremets chocolat sans sucre		Fromage blanc 0%		Riz au lait sans sucre	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT