

Menus "régimes" pour la semaine du 21 au 27 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	Macédoine		Betteraves		Œuf dur		Carottes, maïs		Pamplemousse		Sardines à l'huile		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
Sans sel	Macédoine		Betteraves		Salade verte		Carottes râpées		Pamplemousse		Salade verte		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
Sans sel et sans sucre	Macédoine		Betteraves		Salade verte		Carottes râpées		Pamplemousse		Salade verte		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
Diabétique	Macédoine		Betteraves		Œuf dur		Carottes, maïs		Pamplemousse		Sardines à l'huile		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
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	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Hâché de veau, sauce forestière		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Coq au vin	
Sans sel	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Steak haché		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Coq au vin	
Sans sel et sans sucre	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Steak haché		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Coq au vin	
Diabétique	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Hâché de veau, sauce forestière		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Coq au vin	
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	Courgettes		Riz, petits pois		Haricots verts, flageolets		Ratatouille		Chou fleur		Chou de choucroute		Salsifis, carottes	
Sans sel	Purée		Riz, petits pois		Haricots verts, flageolets		Ratatouille		Purée		Pommes vapeur		Tagliatelles	
Sans sel et sans sucre	Purée		Riz, petits pois		Haricots verts, flageolets		Ratatouille		Purée		Pommes vapeur		Tagliatelles	
Diabétique	Purée+ courgettes		Riz, petits pois		Haricots verts, flageolets		Ratatouille+ frites au four		Purée+ chou fleur		Pommes vapeur+ choucroute		Salsifis, carottes+ tagliatelles	
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		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Suisse sucré		Chanteneige		Emmental		Suisse aromatisé		Tome blanche		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Suisse nature		Chanteneige		Emmental		Suisse nature		Tome blanche		Fromage		Fromage	
Diabétique	Suisse nature		Chanteneige		Emmental		Suisse nature		Tome blanche		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Compote de pomme, banane		Yaourt pulpé		Fruit		Muffin pépites de chocolat		Salade de fruits		Yaourt aux fruits		Choux à la crème Grand Marrier	
Autres régimes	Compote sans sucre		Yaourt fruits 0%		Fruit		Entremets chocolat sans sucre		Salade de fruits		Yaourt fruits 0%		Choux à la crème Grand Marrier	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT