

Menus "régimes" pour la semaine du 24 au 30 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	Salade de pommes de terre, tomates et œuf		Betteraves		Tomates, cœur de palmier		Salade fraîcheur*		Melon		Chou fleur		Timbaline à la reine	
Sans sel	Salade de pommes de terre, tomates et persil		Betteraves		Tomates		Salade fraîcheur*		Melon		Chou fleur		Timbaline à la reine	
Sans sel et sans sucre	Salade de pommes de terre, tomates et persil		Betteraves		Tomates		Salade fraîcheur*		Melon		Chou fleur		Timbaline à la reine	
Diabétique	Salade de pommes de terre, tomates et œuf		Betteraves		Tomates, cœur de palmier		Salade fraîcheur*		Melon		Chou fleur		Timbaline à la reine	
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	Rôti de volaille, sauce chasseur		Bœuf égréné, coulis de tomates		Daube de bœuf provençale		Côte de porc au jus		Poisson poché, citron		Poularde au Muscadet		Brochette mixed grilled	
Sans sel	Rôti de volaille, sauce chasseur		Bœuf égréné, coulis de tomates		Daube de bœuf provençale		Côte de porc au jus		Poisson poché, citron		Poularde au Muscadet		Brochette mixed grilled	
Sans sel et sans sucre	Rôti de volaille, sauce chasseur		Bœuf égréné, coulis de tomates		Daube de bœuf provençale		Côte de porc au jus		Poisson poché, citron		Poularde au Muscadet		Brochette mixed grilled	
Diabétique	Rôti de volaille, sauce chasseur		Bœuf égréné, coulis de tomates		Daube de bœuf provençale		Côte de porc au jus		Poisson poché, citron		Poularde au Muscadet		Brochette mixed grilled	
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		Poêlée de ratatouille		Poêlée campagnarde		Courgettes		Epinards à la crème		Haricots beurre		Tomates rôties, pommes grenailles	
Sans sel	Haricots verts		Spaghettis		Poêlée campagnarde		Riz		Epinards à la crème		Spaghettis ciboulette		Tomates rôties, pommes grenailles	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Spaghettis		Poêlée campagnarde		Riz		Epinards à la crème		Spaghettis ciboulette		Tomates rôties, pommes grenailles	
Diabétique	Haricots verts+ pommes vapeur		Spaghettis+ poêlée de ratatouille		Poêlée campagnarde+ purée gratinée		Courgettes+ riz		Epinards à la crème+ pommes vapeur		Haricots beurre+ spaghettis		Tomates rôties, pommes grenailles	
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	Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Yaourt sucré		Camembert		Tome grise		Yaourt sucré		Bûchette lait mélange		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Yaourt 0%		Camembert		Tome grise		Yaourt 0%		Bûchette lait mélange		Fromage		Fromage	
Diabétique	Yaourt 0%		Camembert		Tome grise		Yaourt 0%		Bûchette lait mélange		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit		Compote de pommes		Tarte amandine aux pêches		Gâteau aux pommes		Fruit		Crème caramel coco		Noix japonaise	
Autres régimes	Fruit		Compote sans sucre		Pêche sirop allégé		Pomme cuite		Fruit		Entremets fruits rouges sans sucre		Salade de fruits	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT