

Menus "régimes" pour la semaine du 22 au 28 mars 2021



NOM :

REGIME :

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	
ENTREES														
Hypocalorique	Brocolis		Carottes râpées		Betteraves		Chou fleur		Salade de pommes de terre, tomates		Tomates		Poireaux	
Sans sel	Brocolis		Carottes râpées		Betteraves		Chou fleur		Salade de pommes de terre, tomates		Tomates		Poireaux	
Sans sel et sans sucre	Brocolis		Carottes râpées		Betteraves		Chou fleur		Salade de pommes de terre, tomates		Tomates		Poireaux	
Diabétique	Brocolis		Carottes râpées		Betteraves		Chou fleur		Salade verte		Tomates		Poireaux	
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	Mijoté de porc Marengo		Paupiette de veau aux p'tits légumes		Bœuf bourguignon		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson poché, citron		Haricot de mouton (plat complet)		Poularde au Muscadet	
Sans sel	Mijoté de porc Marengo		Steak haché		Bœuf bourguignon		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson poché, citron		Haricot de mouton (plat complet)		Poularde au Muscadet	
Sans sel et sans sucre	Mijoté de porc Marengo		Steak haché		Bœuf bourguignon		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson poché, citron		Haricot de mouton (plat complet)		Poularde au Muscadet	
Diabétique	Mijoté de porc Marengo		Paupiette de veau aux p'tits légumes		Bœuf bourguignon		Bœuf égréné, coulis de tomates		Poisson poché, citron		Haricot de mouton (plat complet)		Poularde au Muscadet	
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	Printanière de légumes		Haricots verts		Jeunes carottes		Ratatouille		Epinards à la crème		Plat complet		Salsifis, carottes	
Sans sel	Macaronis		Haricots verts		Jeunes carottes		Purée		Riz		Plat complet		Salsifis, carottes	
Sans sel et sans sucre	Macaronis		Haricots verts		Jeunes carottes		Purée		Riz		Plat complet		Salsifis, carottes	
Diabétique	Macaronis+ poêlée de légumes		Haricots verts+ frites au four		Jeunes carottes+ pâtes		Purée+ ratatouille		Epinards à la crème+ riz		Plat complet		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	Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Edam		Suisse aromatisé		Tome grise		Suisse sucré		Emmental		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Edam		Suisse nature		Tome grise		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
Diabétique	Edam		Suisse nature		Tome grise		Suisse nature		Emmental		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit		Nappé caramel		Cocktail de fruits		Compote pomme, poire		Abricot au sirop		Yaourt pulpé		Gâteau au yaourt, crème anglaise	
Autres régimes	Fruit		Yaourt 0%		Fruit		Compote sans sucre		Fruit sirop allégé		Yaourt fruits 0%		Gâteau au yaourt, crème anglaise	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT