

Menus "régimes" pour la semaine du 26 avril au 02 mai 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	salade de pommes de terre, tomates, persil		Carottes, céleri, chou blanc		Concombres		Tomates, miettes de thon		Salade de haricots verts, emmental et noix		Verrine rilette de saumon, ciboulette		Jambon cru	
Sans sel	salade de pommes de terre, tomates, persil		Carottes, céleri, chou blanc		Concombres		Tomates		Haricots verts, tomates		Verrine rilette de saumon, ciboulette		Pamplemousse	
Sans sel et sans sucre	salade de pommes de terre, tomates, persil		Carottes, céleri, chou blanc		Concombres		Tomates		Haricots verts, tomates		Verrine rilette de saumon, ciboulette		Pamplemousse	
Diabétique	Pamplemousse		Carottes, céleri, chou blanc		Concombres		Tomates, miettes de thon		Salade de haricots verts, emmental et noix		Verrine rilette de saumon, ciboulette		Jambon cru	
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 dinde, sauce chasseur		Dos de lieu, sauce cressonnette		Poulet rôti		Rôti de bœuf braisé à l'échalote		Poisson gratiné à la provençale		Ballotine de volaille farcie "maison"		Poulet grillé à l'américaine	
Sans sel	Rôti de dinde, sauce chasseur		Dos de lieu, sauce cressonnette		Poulet rôti		Rôti de bœuf braisé à l'échalote		Poisson gratiné à la provençale		Ballotine de volaille farcie "maison"		Poulet grillé à l'américaine	
Sans sel et sans sucre	Rôti de dinde, sauce chasseur		Dos de lieu, sauce cressonnette		Poulet rôti		Rôti de bœuf braisé à l'échalote		Poisson gratiné à la provençale		Ballotine de volaille farcie "maison"		Poulet grillé à l'américaine	
Diabétique	Rôti de dinde, sauce chasseur		Dos de lieu, sauce cressonnette		Poulet rôti		Rôti de bœuf braisé à l'échalote		Poisson gratiné à la provençale		Ballotine de volaille farcie "maison"		Poulet grillé à l'américaine	
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 beurre		Epinards		Boullgour, tomate rôtie		Haricots verts		Poêlée de courgettes		Petits pois, carottes		Salade de pommes de terre, tomate rôtie,	
Sans sel	Haricots beurre		Purée		Boullgour, tomate rôtie		Haricots verts		Semoule		Petits pois, carottes		Salade de pommes de terre, tomate rôtie,	
Sans sel et sans sucre	Haricots beurre		Purée		Boullgour, tomate rôtie		Haricots verts		Semoule		Petits pois, carottes		Salade de pommes de terre, tomate rôtie,	
Diabétique	Haricots beurre+ pâtes		Purée+ épinards		Boullgour, tomate rôtie		Haricots verts+ frites au four		Poêlée de courgettes+ semoule		Petits pois, carottes+ pommes dauphines		Salade de pommes de terre, tomate rôtie, champignons	
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 0%		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Mimolette		Yaourt aromatisé		Tome grise		Yaourt aromatisé		Vache qui rit		Livarot		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Mimolette		Yaourt 0%		Tome grise		Yaourt 0%		Vache qui rit		Livarot		Fromage	
Diabétique	Mimolette		Yaourt 0%		Tome grise		Yaourt 0%		Vache qui rit		Livarot		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Pêche au sirop		Fruit		Entremets chocolat		Fruit		Compote		Dacquoise framboise		Gâteau au chocolat, crème anglaise	
Autres régimes	Fruit sirop allégé		Fruit		Entremets chocolat sans sucre		fruit		Compote sans sucre		Dacquoise framboise		Entremets fruits rouges sans sucre	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT