

Menus "REGIMES" MIDI pour la semaine du 27 Septembre au 03 Octobre 2021

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
ENTREE														
Hypocalorique	Pamplemousse		Salade du chef*		Salade de riz niçois		Concombres		Tomates		Ceuf dur		Verrine ananas cocktail et crevettes	
Sans sel	Pamplemousse		Salade, tomate		Riz, tomates, concombre, poivrons		Concombres		Tomates		Salade verte		Ananas et crevettes	
Sans sel et sans sucre	Pamplemousse		Salade, tomate		Riz, tomates, concombre, poivrons		Concombres		Tomates		Salade verte		Ananas et crevettes	
Diabétique	Pamplemousse		Salade du chef		Salade de riz niçois		Concombres		Tomates		Ceuf dur		Verrine ananas cocktail et crevettes	
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>	
PLAT														
Hypocalorique	Côte de porc au jus		Rôti de dinde forestière		Tajine de boulettes d'agneau		Blanquette de volaille à l'ancienne		Curry de poisson		Longe de porc braisé au romarin		Rôti de bœuf froid	
Sans sel	Côte de porc au jus		Rôti de dinde forestière		Steak haché		Blanquette de volaille à l'ancienne		Curry de poisson		Longe de porc braisé au romarin		Rôti de bœuf froid	
Sans sel et sans sucre	Côte de porc au jus		Rôti de dinde forestière		Steak haché		Blanquette de volaille à l'ancienne		Curry de poisson		Longe de porc braisé au romarin		Rôti de bœuf froid	
Diabétique	Côte de porc au jus		Rôti de dinde forestière		Tajine de boulettes d'agneau		Blanquette de volaille à l'ancienne		Curry de poisson		Longe de porc braisé au romarin		Rôti de bœuf 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>	
GARNITURE														
Hypocalorique	Carottes rondelles		Haricots beurre		Poêlée campagnarde		Salsifis, carottes		Poireaux à la crème		Haricots verts		Poêlée de légumes	
Sans sel	Lentilles		Coquillettes		Poêlée campagnarde		Pommes vapeur		Poireaux à la crème		Haricots verts		Purée	
Sans sel et sans sucre	Lentilles		Coquillettes		Poêlée campagnarde		Pommes vapeur		Poireaux à la crème		Haricots verts		Purée	
Diabétique	Lentilles+ carottes rondelles		Coquillettes+ haricots beurre		Poêlée campagnarde+ pommes roty		Salsifis, carottes+ pommes vapeur		Poireaux à la crème+ semoule		Haricots verts+ frites au four		Poêlée de légumes+ purée	
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>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/LAITAGE														
Hypocalorique	Fromage allégé		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Yaourt nature		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Carré de l'Est		Pyrénées		Suisse sucré		Brie		Yaourt aromatisé		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Carré de l'Est		Pyrénées		Suisse nature		Brie		Yaourt nature		Fromage		Fromage	
Diabétique	Carré de l'Est		Pyrénées		Suisse nature		Brie		Yaourt nature		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Cocktail de fruits		Fromage blanc sucré		Tarte normande		Fruit de saison		Eclair à la vanille		Liégeois vanille		Brownies "tout choco" maison	
Autres régimes	Compote sans sucre		Fromage blanc 0%		Pomme cuite		Fruit de saison		Entremets vanille sans sucre		Yaourt fruits 0%		Brownies "tout choco" maison	
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	

*Salade du chef: salade, tomate, maïs, fromage