

Menus "REGIMES" MIDI pour la semaine du 28 Juin au 04 Juillet 2021

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
ENTREE														
Hypocalorique	Carottes râpées		Tomates		Pastèque		Salade provençale*		Carottes, radis		Melon		Terrine de poisson, macédoine	
Sans sel	Carottes râpées		Tomates		Pastèque		Pommes de terre, haricots verts et tomates		Carottes, radis		Melon		Macédoine	
Sans sel et sans sucre	Carottes râpées		Tomates		Pastèque		Pommes de terre, haricots verts et tomates		Carottes, radis		Melon		Macédoine	
Diabétique	Carottes râpées		Tomates		Pastèque		Salade verte		Carottes, radis		Melon		Terrine de poisson, macédoine	
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	
PLAT														
Hypocalorique	Paupiette de dinde aux champignons		Paleron de bœuf au poivre		Côte de porc au jus		Steak haché, sauce barbecue		Poisson à la crème		Jambon à l'os		Côte de veau aux petits pois	
Sans sel	Filet de poulet au jus		Paleron de bœuf au poivre		Côte de porc au jus		Steak haché, sauce barbecue		Poisson à la crème		Jambon sans sel		Côte de veau aux petits pois	
Sans sel et sans sucre	Filet de poulet au jus		Paleron de bœuf au poivre		Côte de porc au jus		Steak haché, sauce barbecue		Poisson à la crème		Jambon sans sel		Côte de veau aux petits pois	
Diabétique	Paupiette de dinde aux champignons		Paleron de bœuf au poivre		Côte de porc au jus		Steak haché, sauce barbecue		Poisson à la crème		Jambon à l'os		Côte de veau aux petits pois	
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	
GARNITURE														
Hypocalorique	Petits pois		Duo de carottes		Poêlée campagnarde		Haricots beurre		Epinards		Brocolis		Plat complet	
Sans sel	Petits pois		Purée		Poêlée campagnarde		Haricots beurre		Riz		Coquillettes		Plat complet	
Sans sel et sans sucre	Petits pois		Purée		Poêlée campagnarde		Haricots beurre		Riz		Coquillettes		Plat complet	
Diabétique	Petits pois+ pommes vapeur		Purée+ duo de carottes		Poêlée campagnarde+ pomme Roty		Haricots beurre+ coquillettes		Epinards+ riz		Brocolis+ coquillettes		Plat complet	
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/LAITAGE														
Hypocalorique	Yaourt nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Yaourt sucré		Carré de l'Est		Brie		Suisse aromatisé		Fromage		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Yaourt nature		Carré de l'Est		Brie		Suisse nature		Fromage		Fromage		Fromage	
Diabétique	Yaourt nature		Carré de l'Est		Brie		Suisse nature		Fromage		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Abricot au sirop		Novly chocolat		Gâteau basque		Fruit		Gâteau au yaourt, crème anglaise		Liégeois vanille		Mille feuille vanille	
Autres régimes	Fruit sirop allégé		Entremets chocolat sans sucre		Compote sans sucre		Fruit		Pomme cuite		Entremets vanille sans sucre		Mille feuille vanille	
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	

Salade provençale: pommes de terre, haricots verts, tomates, thon et olives