

## Menus "régimes" pour la semaine du 23 au 29 novembre 2020



NOM :

RÉGIME :

|                               | LUNDI                                   | Qté | MARDI                    | Qté | MERCREDI                                | Qté | JEUDI                            | Qté | VENDREDI                     | Qté | SAMEDI                       | Qté | DIMANCHE                        | Qté |
|-------------------------------|---|-----|--------------------------|-----|---|-----|----------------------------------|-----|------------------------------|-----|------------------------------|-----|---------------------------------|-----|
| <b>POTAGE</b>                 | <b>POTAGE</b>                           |     | <b>POTAGE</b>            |     | <b>POTAGE</b>                           |     | <b>POTAGE</b>                    |     | <b>POTAGE</b>                |     | <b>POTAGE</b>                |     | <b>POTAGE</b>                   |     |
| <b>ENTREES</b>                |   |     |                          |     |   |     |                                  |     |                              |     |                              |     |                                 |     |
| <b>Hypocalorique</b>          | Carottes râpées                         |     | Brocolis                 |     | Sardines                                |     | Salade indienne*                 |     | Taboulé                      |     | Terrine de poisson           |     | Betteraves                      |     |
| <b>Sans sel</b>               | Carottes râpées                         |     | Brocolis                 |     | Salade de haricots verts et noix        |     | Chou blanc, raisins et curry     |     | Semoule, tomates, concombres |     | Macédoine                    |     | Betteraves                      |     |
| <b>Sans sel et sans sucre</b> | Carottes râpées                         |     | Brocolis                 |     | Salade de haricots verts et noix        |     | Chou blanc, raisins et curry     |     | Semoule, tomates, concombres |     | Macédoine                    |     | Betteraves                      |     |
| <b>Diabétique</b>             | Carottes râpées                         |     | Brocolis                 |     | Sardines                                |     | Salade indienne*                 |     | Pamplemousse                 |     | Terrine de poisson           |     | Betteraves                      |     |
| <i>Options</i>                | 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                         |     |
| <b>PLATS PROTIDIQUES</b>      |   |     |                          |     |   |     |                                  |     |                              |     |                              |     |                                 |     |
| <b>Hypocalorique</b>          | Côte de porc grillée                    |     | Filet de poulet au jus   |     | Carbonnade de bœuf                      |     | Boulettes de veau à la milanaise |     | Poisson à la crème           |     | Jambon blanc                 |     | Canard rôti                     |     |
| <b>Sans sel</b>               | Côte de porc grillée                    |     | Filet de poulet au jus   |     | Carbonnade de bœuf                      |     | Steak haché                      |     | Poisson à la crème           |     | Jambon blanc sans sel        |     | Canard rôti                     |     |
| <b>Sans sel et sans sucre</b> | Côte de porc grillée                    |     | Filet de poulet au jus   |     | Carbonnade de bœuf                      |     | Steak haché                      |     | Poisson à la crème           |     | Jambon blanc sans sel        |     | Canard rôti                     |     |
| <b>Diabétique</b>             | Côte de porc grillée                    |     | Filet de poulet au jus   |     | Carbonnade de bœuf                      |     | Boulettes de veau à la milanaise |     | Poisson à la crème           |     | Galette de blé noir          |     | Canard rôti                     |     |
| <i>Options</i>                | 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                     |     |
| <b>LEGUMES</b>                |   |     |                          |     |   |     |                                  |     |                              |     |                              |     |                                 |     |
| <b>Hypocalorique</b>          | Carottes rondelles                      |     | Poêlée de légumes        |     | Petits pois, carottes                   |     | Haricots verts                   |     | Gratin de choux fleurs       |     | Epinards à la crème          |     | Céleri braisé                   |     |
| <b>Sans sel</b>               | Carottes rondelles                      |     | Purée                    |     | Petits pois, carottes                   |     | Haricots verts                   |     | Riz                          |     | Epinards à la crème          |     | Céleri braisé                   |     |
| <b>Sans sel et sans sucre</b> | Carottes rondelles                      |     | Purée                    |     | Petits pois, carottes                   |     | Haricots verts                   |     | Riz                          |     | Epinards à la crème          |     | Céleri braisé                   |     |
| <b>Diabétique</b>             | Carottes+ haricots blancs à la bretonne |     | Poêlée de légumes+ purée |     | Petits pois, carottes+ pommes rissolées |     | Haricots verts+ tortis           |     | Gratin de choux fleurs+ riz  |     | Salade verte                 |     | Céleri braisé+ pommes noisettes |     |
| <i>Options</i>                | 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                           |     |
| <b>FROMAGE</b>                |   |     |                          |     |   |     |                                  |     |                              |     |                              |     |                                 |     |
| <b>Hypocalorique</b>          | Suisse nature                           |     | Fromage allégé           |     | Fromage allégé                          |     | Yaourt 0%                        |     | Fromage allégé               |     | Fromage allégé               |     | Fromage allégé                  |     |
| <b>Sans sel</b>               | Suisse sucré                            |     | Gouda                    |     | Pyrénées                                |     | Yaourt sucré                     |     | Mimolette                    |     | Fromage                      |     | Fromage                         |     |
| <b>Sans sel et sans sucre</b> | Suisse nature                           |     | Gouda                    |     | Pyrénées                                |     | Yaourt 0%                        |     | Mimolette                    |     | Fromage                      |     | Fromage                         |     |
| <b>Diabétique</b>             | Suisse nature                           |     | Gouda                    |     | Pyrénées                                |     | Yaourt 0%                        |     | Mimolette                    |     | Fromage                      |     | Fromage                         |     |
| <b>DESSERT</b>                |   |     |                          |     |   |     |                                  |     |                              |     |                              |     |                                 |     |
| <b>Sans sel</b>               | Mousse au chocolat                      |     | Fruit                    |     | Fromage blanc sucré                     |     | Compote de pommes                |     | Abricot condensé             |     | Crème dessert vanille        |     | Cake aux poires, crème anglaise |     |
| <b>Autres régimes</b>         | Entremets chocolat sans sucre           |     | Fruit                    |     | Fromage blanc 0%                        |     | Compote sans sucre               |     | Semoule au lait sans sucre   |     | Entremets vanille sans sucre |     | Cake aux poires, crème anglaise |     |

**CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT**