

Menus "régimes" pour la semaine du 02 au 08 novembre 2020



NOM :

RÉGIME :

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	
ENTREES														
Hypocalorique	Betteraves		Salade César*		Macédoine, miettes de thon		Carotte, céleri rave		Œuf dur		Bouquets, beurre		Brocolis, crème de curry	
Sans sel	Betteraves		Salade verte		Macédoine		Carotte, céleri rave		Pamplemousse		Bouquets, beurre		Brocolis, crème de curry	
Sans sel et sans sucre	Betteraves		Salade verte		Macédoine		Carotte, céleri rave		Pamplemousse		Bouquets, beurre		Brocolis, crème de curry	
Diabétique	Betteraves		Salade César*		Macédoine, miettes de thon		Carotte, céleri rave		Œuf dur		Bouquets, beurre		Brocolis, crème de curry	
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	Steak haché de veau, sauce forestière		Filet de poulet au jus		Paupiette de volaille au cidre		Saucisse végétale, sauce tomate		Gratinde poisson curcuma		Bœuf égréné, coulis de tomates		Gigot d'agneau froid	
Sans sel	Steak haché, sauce forestière		Filet de poulet au jus		Steak haché		Jambon blanc sans sel		Gratinde poisson curcuma		Bœuf égréné, coulis de tomates		Gigot d'agneau froid	
Sans sel et sans sucre	Steak haché, sauce forestière		Filet de poulet au jus		Steak haché		Jambon blanc sans sel		Gratinde poisson curcuma		Bœuf égréné, coulis de tomates		Gigot d'agneau froid	
Diabétique	Steak haché de veau, sauce forestière		Filet de poulet au jus		Paupiette de volaille au cidre		Saucisse végétale, sauce tomate		Gratinde poisson curcuma		Bœuf égréné, coulis de tomates		Gigot d'agneau froid	
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	Poêlée de légumes		Petits pois, carottes		Haricots verts		Poêlée de ratatouille		Poireaux à la crème		Haricots beurre		Carottes rondelles	
Sans sel	Poêlée de légumes		Petits pois, carottes		Boulgour		Coquillettes		Pommes vapeur		Haricots beurre		Carottes rondelles	
Sans sel et sans sucre	Poêlée de légumes		Petits pois, carottes		Boulgour		Coquillettes		Pommes vapeur		Haricots beurre		Carottes rondelles	
Diabétique	Poêlée de légumes+ lentilles		Petits pois, carottes+ pommes vapeur		Haricots verts+ boulgour		Poêlée de ratatouille+ coquillettes		Poireaux à la crème+ pommes vapeur		Haricots beurre+ purée		Flageolets+ Carottes rondelles	
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		Yaourt 0%		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Camembert		Yaourt sucré		Saint Nectaire		Yaourt aromatisé		Gouda		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Camembert		Yaourt 0%		Saint Nectaire		Yaourt 0%		Gouda		Fromage		Fromage	
Diabétique	Camembert		Yaourt 0%		Saint Nectaire		Yaourt 0%		Gouda		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Mousse au chocolat		Fruit		Compote de pommes		Eclair au chocolat		Dany vanille		Semoule condé fruits confits		Mille feuille vanille	
Autres régimes	Entremets chocolat sans sucre		Fruit		Compote sans sucre		Fruit sirop allégé		Fruit		Semoule au lait		Mille feuille vanille	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT