

Menus "régimes" pour la semaine du 09 au 15 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	Salade basque*		1/2 pamplemousse		Saumon, tomates et citron		Chou blanc, emmental		Carottes râpées		Salade de lentilles		Bouquets, beurre	
Sans sel	Pommes de terre, tomates et persil		1/2 pamplemousse		Saumon, tomates et citron		Chou blanc		Carottes râpées		Salade de lentilles		Bouquets, beurre	
Sans sel et sans sucre	Pommes de terre, tomates et persil		1/2 pamplemousse		Saumon, tomates et citron		Chou blanc		Carottes râpées		Salade de lentilles		Bouquets, beurre	
Diabétique	Salade verte		1/2 pamplemousse		Saumon, tomates et citron		Chou blanc, emmental		Carottes râpées		Salade de lentilles		Bouquets, beurre	
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	Jambon braisé, sauce barbecue		Hâché de bœuf, sauce tomate		Cuisse de cannette marinée au vin rouge		Côte de porc au jus		Carré de merlu, sauce dieppoise		Rôti de porc, sauce charcutière		Cuisse de lapin chasseur	
Sans sel	Jambon sans sel		Steak haché		Cuisse de cannette marinée au vin rouge		Côte de porc au jus		Carré de merlu, sauce dieppoise		Rôti de porc, sauce charcutière		Cuisse de lapin chasseur	
Sans sel et sans sucre	Jambon sans sel		Steak haché		Cuisse de cannette marinée au vin rouge		Côte de porc au jus		Carré de merlu, sauce dieppoise		Rôti de porc, sauce charcutière		Cuisse de lapin chasseur	
Diabétique	Jambon braisé, sauce barbecue		Hâché de bœuf, sauce tomate		Cuisse de cannette marinée au vin rouge		Côte de porc au jus		Carré de merlu, sauce dieppoise		Rôti de porc, sauce charcutière		Cuisse de lapin chasseur	
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	Haricots verts		Carottes persillées		Céleri braisé		Haricots beurre		Poireaux à la crème		Choux de Bruxelles, carottes		Petits pois	
Sans sel	Haricots verts		Mini penne		Céleri braisé		Haricots beurre		Purée		Choux de Bruxelles, carottes		Frites au four	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Mini penne		Céleri braisé		Haricots beurre		Purée		Choux de Bruxelles, carottes		Frites au four	
Diabétique	Haricots verts+ pâtes		Mini penne+ carottes persillées		Céleri braisé+ petit gratin dauphinois		Haricots beurre+ pommes fondantes		Poireaux à la crème+ purée		Choux de Bruxelles, carottes+ pommes noisettes		Petits pois+ frites au four	
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		Suisse nature		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Brie		Suisse sucré		Cœur de Neufchâtel		Suisse aromatisé		Kiri crème		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Brie		Suisse nature		Cœur de Neufchâtel		Suisse nature		Kiri crème		Fromage		Fromage	
Diabétique	Brie		Suisse nature		Cœur de Neufchâtel		Suisse nature		Kiri crème		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Liégeois chocolat		Nappé caramel		Lingot citron meringué		Gâteau au yaourt, crème anglaise		Fruit		Riz au lait caramel		Tarte noisétine cœur de framboise	
Autres régimes	Entremets chocolat sans sucre		Compote sans sucre		Lingot citron meringué		Entremets vanille sans sucre		Fruit		Riz au lait sans sucre		Tarte noisétine cœur de framboise	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT