

Menus "régimes" pour la semaine du 3 au 9 décembre 2018



NOM :

REGIME :

	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		Pamplemousse		Champignons à la grecque		Œuf dur		Carottes râpées		Verrine d'ananas cocktail aux crevettes		Tomates, thon	
Sans sel	Betteraves		Pamplemousse		Tomates		Salade verte		Carottes râpées		Verrine d'ananas cocktail aux crevettes		Pamplemousse	
Sans sel et sans sucre	Betteraves		Pamplemousse		Tomates		Salade verte		Carottes râpées		Verrine d'ananas cocktail aux crevettes		Pamplemousse	
Diabétique	Betteraves		Pamplemousse		Champignons à la grecque		Œuf dur		Carottes râpées		Verrine d'ananas cocktail aux crevettes		Tomates, thon	
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	Emincé de bœuf Strogonoff		Escalope de volaille chasseur		Steak haché de veau, sauce tomate		Jambon blanc		Poisson à la crème		Paleron de bœuf aux échalotes		Sauté d'agneau	
Sans sel	Emincé de bœuf Strogonoff		Escalope de volaille chasseur		Steak haché		Jambon blanc sans sel		Poisson à la crème		Paleron de bœuf aux échalotes		Sauté d'agneau	
Sans sel et sans sucre	Emincé de bœuf Strogonoff		Escalope de volaille chasseur		Steak haché		Jambon blanc sans sel		Poisson à la crème		Paleron de bœuf aux échalotes		Sauté d'agneau	
Diabétique	Emincé de bœuf Strogonoff		Escalope de volaille chasseur		Steak haché de veau, sauce tomate		Jambon blanc		Poisson à la crème		Paleron de bœuf aux échalotes		Sauté d'agneau	
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	Carottes rondelles		Ratatouille		Haricots verts		Chou fleur		Epinards à la crème		Petits pois, carottes		Jardinière de légumes	
Sans sel	Coquillettes		Ratatouille		Haricots verts		Pommes vapeur		Purée		Macaronis roquette		Jardinière de légumes	
Sans sel et sans sucre	Coquillettes		Ratatouille		Haricots verts		Pommes vapeur		Purée		Macaronis roquette		Jardinière de légumes	
Diabétique	Coquillettes+ carottes rondelles		Ratatouille+ frites au four		Haricots verts+ flageolets		Pommes vapeur+ chou fleur		Epinards à la crème+ purée		Macaronis roquette+ petits pois, carottes		Jardinière de légumes+ haricots blancs	
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	Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Suisse aromatisé		Saint Paulin		Tome noire		Suisse sucré		Cantafrais		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Suisse nature		Saint Paulin		Tome noire		Suisse nature		Cantafrais		Fromage		Fromage	
Diabétique	Suisse nature		Saint Paulin		Tome noire		Suisse nature		Cantafrais		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit		Gâteau au chocolat, crème anglaise		Fruit		Compote de pomme, banane		Nappé caramel		Crêpe fourrée, salpicon de fruits confits		Tarte tropézienne	
Autres régimes	Fruit		Entremets chocolat sans sucre		Fruit		Compote sans sucre		Fromage blanc 0%		Entremets fruits rouges sans sucre		Pomme cuite	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT