

## Menus "régimes" pour la semaine du 19 au 25 octobre 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	
<b>ENTREES</b>														
Hypocalorique	Macédoine		Betteraves		Œuf dur		Salade du chef*		Pamplemousse		Sardines à l'huile		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
Sans sel	Macédoine		Betteraves		Salade verte		Salade, tomates		Pamplemousse		Carottes râpées		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
Sans sel et sans sucre	Macédoine		Betteraves		Salade verte		Salade, tomates		Pamplemousse		Carottes râpées		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
Diabétique	Macédoine		Betteraves		Œuf dur		Salade du chef*		Pamplemousse		Sardines à l'huile		Bœuf braisé sur lit de pommes de terre	
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	
<b>PLATS PROTIDIQUES</b>														
Hypocalorique	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Hâché de veau, sauce forestière		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Bœuf bourguignon	
Sans sel	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Steak haché		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Bœuf bourguignon	
Sans sel et sans sucre	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Steak haché		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Bœuf bourguignon	
Diabétique	Bœuf égréné, coulis de tomates		Colombo de porc		Hâché de veau, sauce forestière		Rôti de dinde, sauce tomate		Poisson à la crème		Côte de porc au jus		Bœuf bourguignon	
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	
<b>LEGUMES</b>														
Hypocalorique	Courgettes		Riz, petits pois		Haricots verts, flageolets		Ratatouille		Chou fleur		Chou de choucroute		Salsifis, carottes	
Sans sel	Purée		Riz, petits pois		Haricots verts		Ratatouille		Tortis		Pommes vapeur		Salsifis, carottes	
Sans sel et sans sucre	Purée		Riz, petits pois		Haricots verts		Ratatouille		Tortis		Pommes vapeur		Salsifis, carottes	
Diabétique	Purée+ courgettes		Riz, petits pois		Haricots verts, flageolets		Ratatouille+ frites au four		Tortis+ chou fleur		Pommes vapeur+ choucroute		Salsifis, carottes+ pommes grenailles	
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	
<b>FROMAGE</b>														
Hypocalorique	Fromage allégé		Suisse nature		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Camembert		Suisse sucré		Emmental		Yaourt sucré		Cantafrais		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Camembert		Suisse nature		Emmental		Yaourt 0%		Cantafrais		Fromage		Fromage	
Diabétique	Camembert		Suisse nature		Emmental		Yaourt 0%		Cantafrais		Fromage		Fromage	
<b>DESSERT</b>														
Sans sel	Compote de pomme, banane		Yaourt pulpé		Fruit		Muffin pépites de chocolat		Salade de fruits		Yaourt sucré		Choux à la crème Grand Marnier	
Autres régimes	Compote sans sucre		Yaourt fruits 0%		Fruit		Entremets chocolat sans sucre		Salade de fruits		Yaourt 0%		Choux à la crème Grand Marnier	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT