

Menus "régimes" pour la semaine du 28 septembre au 04 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	
ENTREES														
Hypocalorique	Carotte, céleri, chou blanc		Salade du chef		Concombres		Tomates		Œuf dur		Poireaux		Salade indienne*	
Sans sel	Carotte, céleri, chou blanc		Salade, tomate		Concombres		Tomates		Pamplemousse		Poireaux		Salade indienne*	
Sans sel et sans sucre	Carotte, céleri, chou blanc		Salade, tomate		Concombres		Tomates		Pamplemousse		Poireaux		Salade indienne*	
Diabétique	Carotte, céleri, chou blanc		Salade du chef		Concombres		Tomates		Œuf dur		Poireaux		Salade indienne*	
<i>Options</i>	<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>		<i>Carottes râpées</i>	
	<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>		<i>Oeufs mayo</i>	
	<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>		<i>Tomates</i>	
PLATS PROTIDIQUES														
Hypocalorique	Jambon blanc		Blanquette de volaille à l'ancienne		Poisson à la crème		Bœuf égréné, coulis de tomates		Curry de poisson		Civet de porc		Canard rôti	
Sans sel	Jambon blanc sans sel		Blanquette de volaille à l'ancienne		Poisson à la crème		Bœuf égréné, coulis de tomates		Curry de poisson		Civet de porc		Canard rôti	
Sans sel et sans sucre	Jambon blanc sans sel		Blanquette de volaille à l'ancienne		Poisson à la crème		Bœuf égréné, coulis de tomates		Curry de poisson		Civet de porc		Canard rôti	
Diabétique	Jambon blanc		Blanquette de volaille à l'ancienne		Poisson à la crème		Bœuf égréné, coulis de tomates		Curry de poisson		Civet de porc		Canard rôti	
<i>Options</i>	<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>		<i>Filet de poulet au jus</i>	
	<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>		<i>Poisson poché</i>	
	<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>		<i>Jambon blanc</i>	
	<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>		<i>Steak haché</i>	
LEGUMES														
Hypocalorique	Haricots verts		Brocolis		Epinards à la crème		Salsifis, carottes		Poireaux à la crème		Haricots beurre		Poêlée de légumes	
Sans sel	Haricots verts		Pommes vapeur		Pommes roty		Salsifis, carottes		Poireaux à la crème		Purée		Poêlée de légumes	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Pommes vapeur		Pommes roty		Salsifis, carottes		Poireaux à la crème		Purée		Poêlée de légumes	
Diabétique	Haricots verts+ lentilles		Pommes vapeur+ brocolis		Pommes roty+ épinards		Salsifis, carottes+ pâtes		Poireaux à la crème+ semoule		Purée+ haricots beurre		Poêlée de légumes+ pâtes	
<i>Options</i>	<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>		<i>Haricots verts</i>	
	<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>		<i>Purée</i>	
	<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>		<i>Pommes vapeur</i>	
	<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>		<i>Pâtes</i>	
FROMAGE														
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	
DESSERT														
Sans sel	Dany chocolat		Fromage blanc sucré		Génoise, crème anglaise		Fruit de saison		Compote de pommes		Liégeois vanille		Brownies "tout choco" maison	
Autres régimes	Yaourt fruits 0%		Fromage blanc 0%		Entremets vanille sans sucre		Fruit de saison		Compote sans sucre		Entremets fruits rouges sans sucre		Brownies "tout choco" maison	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT