

Menus "régimes" pour la semaine du 31 août au 06 septembre 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	Concombres		Carottes râpées		Tomate mozzarella		Melon		Pamplemousse		Salade des Champs*		Macédoine, saumon	
Sans sel	Concombres		Carottes râpées		Tomates		Melon		Pamplemousse		Choux fleurs, carottes, petits pois		Salade verte	
Sans sel et sans sucre	Concombres		Carottes râpées		Tomates		Melon		Pamplemousse		Choux fleurs, carottes, petits pois		Salade verte	
Diabétique	Concombres		Carottes râpées		Tomate mozzarella		Melon		Pamplemousse		Salade des Champs*		Macédoine, saumon	
<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	Côte de porc au jus		Steak haché		Curry de porc		Fricassée de poulet, sauce chasseur		Steak de colin, thym et citron		Rôti de bœuf froid		Jambonette de volaille farcie, croûte de noisettes	
Sans sel	Côte de porc au jus		Steak haché		Curry de porc		Fricassée de poulet, sauce chasseur		Steak de colin, thym et citron		Rôti de bœuf froid		Filet de poulet au jus	
Sans sel et sans sucre	Côte de porc au jus		Steak haché		Curry de porc		Fricassée de poulet, sauce chasseur		Steak de colin, thym et citron		Rôti de bœuf froid		Filet de poulet au jus	
Diabétique	Côte de porc au jus		Steak haché		Curry de porc		Fricassée de poulet, sauce chasseur		Steak de colin, thym et citron		Rôti de bœuf froid		Jambonette de volaille farcie, croûte de noisettes	
<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		Petits pois, carottes		Brocolis		Haricots beurre		Epinards		Poêlée de ratatouille		Poêlée de légumes	
Sans sel	Haricots verts		Petits pois, carottes		Semoule		Haricots beurre		Pommes vapeur		Poêlée de ratatouille		Pommes sarladaises	
Sans sel et sans sucre	Haricots verts		Petits pois, carottes		Semoule		Haricots beurre		Pommes vapeur		Poêlée de ratatouille		Pommes sarladaises	
Diabétique	Haricots verts+ lentilles		Petits pois, carottes+ macaronis		Semoule+ brocolis		Haricots beurre+pommes noisettes		Epinards+ pommes vapeur		Poêlée de ratatouille+ frites au four		Pommes sarladaises+ poêlée de légumes	
<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 nature		Fromage allégé		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Cantafrais		Suisse aromatisé		Tome noire		Yaourt aromatisé		Mimolette		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Cantafrais		Suisse nature		Tome noire		Yaourt nature		Mimolette		Fromage		Fromage	
Diabétique	Cantafrais		Suisse nature		Tome noire		Yaourt nature		Mimolette		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Compote pomme, banane		Yaourt pulpé		Tarte à l'abricot		Fruit de saison		Gâteau au chocolat, crème anglaise		Entremets praliné		verrine de fromage blanc, pommes caramélisées et saumon	
Autres régimes	Compote sans sucre		Yaourt fruits 0%		Salade de fruits		Fruit de saison		Fruit		Entremets fruits rouges sans sucre		verrine de fromage blanc, pommes caramélisées et saumon	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT