

## Menus "régimes" pour la semaine du 07 au 13 septembre 2020



NOM :  
RÉGIME :

	LUNDI	Qté	MARDI	Qté	MERCREDI	Qté	JEUDI	Qté	VENDREDI	Qté	SAMEDI	Qté	DIMANCHE	Qté
<b>POTAGE</b>	<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>		<b>POTAGE</b>	
<b>ENTREES</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates, mozzarella		Salade de pois chiches		Verrine ananas cocktail et crevettes	
<b>Sans sel</b>	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates		Salade de pois chiches		Ananas et crevettes	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates		Salade de pois chiches		Ananas et crevettes	
<b>Diabétique</b>	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates, mozzarella		Salade de pois chiches		Verrine ananas cocktail et crevettes	
<b>Options</b>	<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>	
<b>PLATS PROTIDIQUES</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Jambon grill, sauce Diable		Boulettes de boeuf, sauce tomate		Paleron de boeuf, sauce poivrade		Rôti de volaille Madras		Gratiné de poisson à la bretonne		Côte de porc au jus		Bœuf goulash	
<b>Sans sel</b>	Poularde au Muscadet		Steak haché, sauce tomate		Paleron de boeuf, sauce poivrade		Rôti de volaille Madras		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Bœuf goulash	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Poularde au Muscadet		Steak haché, sauce tomate		Paleron de boeuf, sauce poivrade		Rôti de volaille Madras		Poisson poché, citron		Côte de porc au jus		Bœuf goulash	
<b>Diabétique</b>	Jambon grill, sauce Diable		Boulettes de boeuf, sauce tomate		Paleron de boeuf, sauce poivrade		Rôti de volaille Madras		Gratiné de poisson à la bretonne		Côte de porc au jus		Bœuf goulash	
<b>Options</b>	<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>	
<b>LEGUMES</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Haricots verts		Poêlée de courgettes		Ratatouille		Poêlée de légumes		Chou fleur		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
<b>Sans sel</b>	Tortis		Poêlée de courgettes		Ratatouille		Pâtes		Riz		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Tortis		Poêlée de courgettes		Ratatouille		Pâtes		Riz		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
<b>Diabétique</b>	Haricots verts+ tortis		Courgettes+ pommes noisettes		Ratatouille+ pommes fondantes		Poêlée de légumes+ pâtes		Chou fleur+ riz		Haricot+ gratin de patates douces		Salsifis, carottes+ frites au four	
<b>Options</b>	<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>	
<b>FROMAGE</b>														
<b>Hypocalorique</b>	Fromage allégé		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé	
<b>Sans sel</b>	Camembert		Emmental		Yaourt aromatisé		Edam		Yaourt aromatisé		Fromage		Fromage	
<b>Sans sel et sans sucre</b>	Camembert		Emmental		Yaourt 0%		Edam		Yaourt 0%		Fromage		Fromage	
<b>Diabétique</b>	Camembert		Emmental		Yaourt 0%		Edam		Yaourt 0%		Fromage		Fromage	
<b>DESSERT</b>														
<b>Sans sel</b>	Fruit de saison		Compote pomme, coing		Beignet fourré pommes		Cake vanille, pépites de chocolat		Cocktail de fruits		Crème caramel		Noix japonnaise	
<b>Autres régimes</b>	Fruit de saison		Compote sans sucre		Pomme cuite		Entremets vanille sans sucre		Fruit		Entremets chocolat sans sucre		Noix japonnaise	

CONVIVIO EVO vous souhaite un BON APPETIT