

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
POTAGE	POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE		POTAGE	
ENTREES														
Hypocalorique	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates, mozzarella		Salade de pois chiches		Verrine ananas cocktail et crevettes	
Sans sel	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates		Salade de pois chiches		Ananas et crevettes	
Sans sel et sans sucre	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates		Salade de pois chiches		Ananas et crevettes	
Diabétique	Radis, beurre		Salade fraîcheur (concombre et pastèque)		Salade César*		Melon		Tomates, mozzarella		Salade de pois chiches		Verrine ananas cocktail et crevettes	
<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 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	
Sans sel	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	
Sans sel et sans sucre	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	
Diabétique	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	
<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		Poêlée de courgettes		Ratatouille		Poêlée de légumes		Chou fleur		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
Sans sel	Tortis		Poêlée de courgettes		Ratatouille		Pâtes		Riz		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
Sans sel et sans sucre	Tortis		Poêlée de courgettes		Ratatouille		Pâtes		Riz		Haricots beurre		Salsifis, carottes	
Diabétique	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	
<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		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Yaourt 0%		Fromage allégé		Fromage allégé	
Sans sel	Camembert		Emmental		Yaourt aromatisé		Edam		Yaourt aromatisé		Fromage		Fromage	
Sans sel et sans sucre	Camembert		Emmental		Yaourt 0%		Edam		Yaourt 0%		Fromage		Fromage	
Diabétique	Camembert		Emmental		Yaourt 0%		Edam		Yaourt 0%		Fromage		Fromage	
DESSERT														
Sans sel	Fruit de saison		Compote pomme, coing		Beignet fourré pommes		Cake vanille, pépites de chocolat		Cocktail de fruits		Crème caramel		Noix japonnaise	
Autres régimes	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