

4 semaines de menus Santé

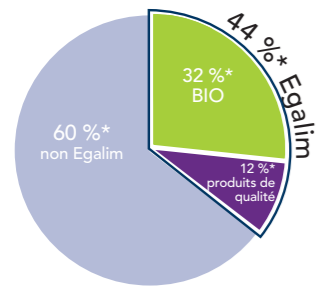
Chaque mois, la société VICI vous propose 4 semaines de menus adaptés au milieu de la santé (sanitaire et médico-social). Ils sont accompagnés d'une recette détaillée et d'une déclinaison adaptée.

Retrouvez la recette adaptée page 61

COÛT MOYEN DU MENU
4,45 €

Retrouvez l'intégralité des recettes dans le logiciel

AidoMenu



★ Recettes du mois

Pour une meilleure visualisation de la variété des menus et de l'équilibre alimentaire, chaque catégorie de plat correspond à une couleur distincte.

Légumes et fruits crus

Légumes et fruits cuits

Féculents

Produits laitiers

Plats protidiques

* % en volume d'achat monétaire HT sur la période de menu

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Asperges vertes mousseline 0,8 ★ Joue de bœuf en sauce 1,33 Pommes dauphine 0,67 Gouda 0,30 Poire au vin rouge 0,41	Crudités aux graines de sésame 0,29 Rôti de veau aux champignons 2,14 Cœur de celeri gratiné 0,37 Saint-nectaire 0,34 Fruit de saison 0,28	Salade de mâche aux ravioles 0,56 Filet de dorade sauce crustacés 1,36 Spaghetti 0,34 Fromage blanc battu nature 0,39 Liegeois café 0,44
Velouté de légumes 0,43 Poireaux gratinés au Bleu 0,56 Faisselle 0,51 Salade de fruits frais 0,42	Soupe à la semoule 0,13 Curry de crevettes 1,30 Brie de Meaux 0,34 Crème dessert chocolat 0,38	Potage crécy 0,29 Gratinée de blette à la viande 0,89 Kiri 0,26 Paris-Brest 0,29
5,43 €	5,57 €	4,82 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Maïs en salade 0,54 Filet de merlu meunière citron 0,74 Blettes persillées 0,28 Fromage blanc battu nature 0,39 Fruit de saison 0,19	Œufs durs mimosa 0,43 Blanquette d'agneau 1,74 Gratin de crozet 0,35 Vache qui rit 0,23 Fruit de saison 0,28	Salade coleslaw maison 0,27 Galopin de veau 1,27 Choux de Bruxelles persillés 0,28 Saint-nectaire 0,34 Mœlleux à la châtaigne 0,42
Potage parmentier 0,31 Crêpe au fromage gratinée 0,54 Morbier 0,37 Compote de pomme 0,25	Crème d'asperges 0,18 Tortilla aux oignons 0,41 Yaourt saveur vanille 0,27 Flan nappé au caramel 0,42	Potage de légumes 0,24 Lasagnes aux légumes du soleil 1,29 Fromage blanc nature 0,23 Compote de poire 0,35
3,61 €	4,31 €	4,69 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Cœur de palmier vinaigrette 0,26 Rissollette de veau sauce tomate 0,78 Petits pois 0,61 Yaourt saveur fraise 0,30 Semoule au lait maison 0,12	Mâche vinaigrette 0,39 Aiguillette de poulet mariné 0,96 Gnocchi 0,93 Edam 0,28 Fruit de saison 0,19	Salade de chou chinois 0,26 Gratin de poisson au curry 0,52 Salsifis à la crème 0,41 Faisselle 0,51 Baba au rhum 0,20
Potage de légumes 0,24 Courgette à la bolognaise 1,56 Fourme d'Ambert 0,26 Fruit de saison 0,41	Consommé paysanne 0,14 Brandade de morue 0,55 Petits-suisses 0,25 Eclair vanille 0,29	Soupe à l'oignon 0,25 Croque-monsieur maison 0,70 Cantal 0,29 Fruit de saison 0,41
4,54 €	3,98 €	3,55 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Cœur d'artichaut vinaigrette 0,53 Chili con carné maison 1,09 Riz créole 0,20 Camembert 0,30 Pommes cuites au four 0,43	Terrine de légumes frais 0,51 Quenelles de brochet sauce crustacé 0,53 Navets au jus 0,53 Saint-nectaire 0,34 Fruit de saison 0,19	Carottes râpées 0,18 Rôti de dinde sauce tartare 0,95 Semoule couscous 0,20 Carré frais 0,34 Fruit de saison 0,19
Bouillon de volaille aux vermicelles 0,05 Omelette aux fines herbes 0,58 Morbier 0,37 Salade de fruits frais 0,42	Velouté de légumes 0,43 Lasagnes butternut ricotta 0,56 Fromage blanc battu nature 0,39 Flan nappé au caramel 0,42	Soupe de lentilles 0,22 Raviolis gratinés 0,69 Tartare ail et fines herbes 0,16 Fruit de saison 0,19
3,97 €	3,90 €	3,12 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Carottes râpées 0,18 Pizza Reine 0,88 Haricots verts sautés 0,27 Yaourt 1/2 écrémé nature 0,30 Fruit de saison 0,47	Salade d'endives emmental 0,61 Escalope de poulet normand 1,07 Purée aux pois cassés 0,24 Saint Moret 0,21 Compote pêche 0,24	Tarte chèvre épinard 0,16 Omelette aux champignons 0,53 Epinards à la crème 0,64 Tomme de Savoie 0,38 Fruit de saison 0,19	Pamplemousse rose 0,68 Gigot d'agneau crème d'ail 1,83 Flageolets au jus 0,45 Faisselle 0,51 Fondant au chocolat 0,63
Velouté de légumes 0,43 Petit épeautre façon risotto 0,84 Petits-suisses 0,25 Tarte au flan patissier 0,27	Velouté de petits pois 0,44 Croziflette 0,92 Bûche de chèvre 0,29 Banane sauce chocolat 0,40	Crème de maïs 0,79 Galette orge chèvre miel 1,14 Gorgonzola 0,26 Crème dessert praliné 0,24	Soupe au chou 0,21 Gratin de pâtes légumes et poulet 0,34 Comté 0,40 Fruit de saison 0,47
3,89 €	4,42 €	4,33 €	4,92 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Radis beurre 0,76 Sauté de veau marengo 2,44 Frites 0,54 Yaourt 1/2 écrémé nature 0,30 Fruit de saison 0,19	Houmous rose 0,38 Filet de lieu sauce dieppoise 0,65 Jardinière de légumes 0,26 Comté 0,40 Fruit de saison 0,19	Salade de fenouil, agrumes et saumon 0,28 Emincé de dinde au pesto 0,90 Polenta cremeuse 0,51 Petits-suisses 0,25 Fruit de saison 0,19	Mousse de canard 0,48 Porc sauté au caramel 0,87 Endives braisées 0,68 Bleu d'Auvergne 0,27 Tarte au citron meringuée 0,47
Velouté dubarry 0,24 Œufs brouillés maison 0,71 Brie de Meaux 0,34 Semoule au lait 0,30	Velouté de champignons 0,25 Curry thaï, lait de coco et pois chiche 0,45 Kiri 0,26 Crème dessert pistache 0,30	Bouillon de volaille aux vermicelles 0,05 Gratin de brocolis aux lardons 0,68 Saint Moret 0,21 Mousse aux marrons et spéculos 0,24	Soupe de poisson 0,57 Cake roquefort poire et noix 0,69 Faisselle 0,51 Fruit de saison 0,19
5,82 €	3,14 €	3,31 €	4,73 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Betteraves 0,40 Carbonnade de bœuf 1,98 Ecrasé de pommes de terre brûlée 0,42 Bûche du Pilat 0,28 Poire au vin rouge 0,41	Pâté en croûte LR 1,02 Filet de cabillaud safrané 1,30 Purée de céleri 0,30 Emmental 0,30 Fruit de saison 0,19	Salade d'endives aux pommes 0,29 Rougail saucisses Morteau 1,03 Riz créole 0,20 Petits-suisses 0,25 Cocktail de fruits au sirop 0,34	Salade d'avocat aux agrumes 0,37 Navarin d'agneau 1,77 Mijotée de haricots blancs 0,37 Tomme de Savoie 0,38 Mille-feuilles 0,43
Soupe de lentilles 0,22 Terrine de poisson 0,39 Roucoupons 0,42 Fruit de saison 0,41	Soupe à l'oignon 0,25 Feuilleté chèvre épinard 1,06 Fromage blanc battu nature 0,39 Apple crumble 0,17	Soupe de légumes 0,20 Bouchée aux fruits de mer 0,62 Saint-marcellin 0,29 Fruit de saison 0,41	Soupe de poireaux 0,17 Boudin noir aux pommes 0,85 Yaourt 1/2 écrémé nature 0,30 Fruit de saison 0,41
4,93 €	4,98 €	3,63 €	5,05 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Boulogne en salade 0,12 Mignon de porc au cidre 1,07 Fondue de poireaux 0,77 Fromage blanc nature 0,41 Pommes cuites au four 0,43	Salade de pamplemousse Feta 0,53 Sauté de veau au thym 1,88 Coquillettes 0,28 Petits-suisses 0,25 Fruit de saison 0,19	Rillettes de sardine 0,36 Cuisse de lapin rôtie 1,73 Patate douce rôtie 0,53 Fromage blanc nature 0,41 Compote de poire 0,35	Tartinade de radis 0,70 Magret de canard sauce marchand de vin 2,16 Brunoise de légumes 0,17 Pont-l'évêque 0,29 Fruit de saison 0,19
Crème d'asperges 0,18 Tarte aux oignons 0,79 Comté 0,40 Crème dessert praliné 0,24	Velouté de légumes 0,43 Bruschetta mozza champignon 1,21 Petits-suisses 0,25 Fruit de saison 0,19	Velouté d'endives 0,35 Quiche au saumon brocoli 0,69 Emmental 0,30 Fruit de saison 0,19	Potage du marché 0,37 Tartiflette végé aux champignons 0,75 Fromage blanc nature 0,41 Banane sauce chocolat 0,40
4,41 €	5,21 €	4,91 €	5,44 €

Optimisez votre budget en toute sérénité

Un accompagnement complet pour vos achats alimentaires et non-alimentaires

Jusqu'à 30% d'économies sur les achats

Respect de la réglementation (Egalim, Ma cantine)

+60% de temps gagné par commande

+12 000 références négociées par an

Demandez votre étude gratuite

www.vici-restauration.com - 04 75 86 09 20

FORMATION

Intégrer la loi EGALIM en restauration collective

Connaitre les obligations de la loi EGALIM applicables à votre établissement

Être capable d'intégrer la loi EGALIM dans votre fonctionnement

Des produits de qualité dans l'assiette - Diagnostic gaspillage alimentaire - Le plastique (restauration scolaire)

Diversification des protéines et menu végétarien - Information des convives et affichage

Découvrez l'ensemble de notre catalogue de formations



renseignements et inscriptions 04 75 86 09 25

www.vici-restauration.com

commercial@vici-restauration.com