



CARNET DES EXPERTS  
4 semaines de menus by

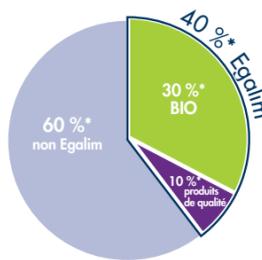
(VICI)

## 4 semaines de menus Santé

COÛT MOYEN  
DU MENU  
4,22 €

Retrouvez l'intégralité des  
recettes dans le logiciel

AidoMenu



MENUS SANTE

### ★ 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
Tourte mozzarella 0,34	Radis et beurre 0,46	Cœurs de palmier en salade 0,22
Gâteau de volaille sauce tomate 0,44	Moules marinières 1,35	Omelette 0,67
Haricots plats 0,16	Frites 0,65	Epinards avec croûtons 0,46
Cantal 0,28	Yaourt brassé nature 0,58	Emmental 0,25
Fruit de saison 0,23	Ananas chantilly 0,39	Salade de fraise-banane 0,76
Potage de légumes 0,33	Potage Condé 0,14	Escalopes d'artichaut 0,49
Lasagnes provençales 0,64	Moussaka végétarienne 1,38	Quenelle de brochet aux écrevisses 0,92
Carré fondu 0,17	Tomme noire en tranche 0,46	Fromage blanc sucré portion 0,46
Mousse à la mangue 0,31	Fruit de saison 0,23	Fruit de saison 0,23
<b>2,90 €</b>	<b>5,56 €</b>	<b>4,46 €</b>

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Salade verte 0,12	Salade de lentilles 0,29	Salade tomate mozzarella 0,22
★ Tajine de poulet aux abricots 0,74	Steak haché 1,58	Andouillette à la moutarde 0,78
Semoule couscous 0,20	Ratatouille de légumes frais 0,80	Pommes de terre vapeur 0,63
Saint-paulin 0,30	Petits-suisses aux fruits 0,30	Fromage blanc nature 0,19
Banane sauce chocolat 0,31	Fruit de saison 0,23	Panna cotta coulis fruits rouges 0,52
Soupe aux perles du Japon 0,15	Gaspacho 0,78	Soupe de betteraves 0,25
Gratin de poisson 0,92	Pizza 3 fromages 0,91	Couscous végétarien aux légumes 0,57
Petit-suisse nature 0,51	Yaourt au sucre de canne 0,37	Camembert 0,20
Compote de pomme 0,25	Fruit de saison 0,23	Salade de fruits d'été 0,23
<b>3,50 €</b>	<b>5,49 €</b>	<b>3,59 €</b>

LUNDI	MARDI	MERCREDI
★ Tagliatelles Courgettes sauce yaourt 0,23	Verrine de petits pois à la menthe 0,18	Salade de soja 0,30
Quenelles sauce nantua 0,78	Entrecôte en sauce échalote 1,02	Boulettes d'agneau paysannes 0,68
Riz 0,33	Fonds d'artichaut gratinés 0,68	Haricots rouges à la cubaine 0,15
Yaourt saveur citron 0,28	Bleu d'Auvergne 0,26	Fromage blanc battu portion 0,38
Compote de pomme 0,25	Clafoutis aux cerises 0,47	Fruit de saison 0,23
Crème de carotte à l'ail 0,28	Crème d'asperge enrichie 0,70	Velouté aux champignons 0,23
Curry de légumes 0,35	Crêpe au fromage 0,30	Tomate farcie maison 1,36
Yaourt aromatisé 0,53	Fromage blanc sucré portion 0,27	Petit carré fondu 0,12
Mousse croustillante 0,34	Crème Brûlée 0,39	Gâteau de semoule 0,24
<b>3,37 €</b>	<b>4,27 €</b>	<b>3,69 €</b>

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Fondant de thon au poivron 0,35	Concombre au yaourt 0,20	Taboulé frais 0,21
Bœuf braisé 1,63	Boudin blanc 0,73	Dos de colin en papillote 1,30
Aubergines a la Parmigiana 0,59	Purée de patates douces 0,64	Ratatouille de légumes frais 0,80
Yaourt 1/2 écrémé nature 0,10	Brie 0,21	Bleu de France 0,24
Fruit de saison 0,23	Entremets praliné 0,20	Flan coco cerises 0,24
Crème de fèves 0,30	Potage carottes 0,11	Velouté de légumes 0,26
Meunière de poisson blanc 0,64	Tarte thon tomate bande 0,88	Vol-au-vent à la financière 0,78
Pont-l'évêque 0,28	Yaourt saveur citron 0,28	Gouda 0,20
Fruit de saison 0,23	Fruit de saison 0,23	Fruit de saison 0,23
<b>4,35 €</b>	<b>3,48 €</b>	<b>4,26 €</b>

### Sortir du plastique dans la restauration

- ✓ **Audit/Conseil** : Veille réglementaire, évaluation des impacts et définition du besoin en contenants alternatifs.
- ✓ **Achats** : Mise en relation avec des fournisseurs et accompagnement dans le choix de l'offre adaptée.
- ✓ **Marchés Publics** : Assistance dans la préparation et la gestion des marchés publics.
- ✓ **Logiciel** : Interface AIDOMENU pour la traçabilité des contenants.
- ✓ **Formation** : Compréhension des obligations de la loi EGALim et mise en place d'un plan d'action pour la substitution du plastique.

Contactez nous



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

Chaque mois, la société VICI vous propose 4 semaines de menus adaptés **au milieu de la santé (sanitaire et médico-social)**. Ce menu est accompagné de trois recettes détaillées et d'une déclinaison adaptée de recette.

Retrouvez la recette adaptée page 67

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Betteraves vinaigrette 0,21	Gâteau foie de volaille sauce nantua 0,22	Melon 0,83	Asperges mousseline 0,43
Rôti de porc à la moutarde 1,10	Foie de veau marchand de vin 0,91	Escalope de dinde à la crème 1,96	Joue de bœuf au cassis 1,48
Flageolets fondants 0,48	Carottes sautées 0,36	Petits pois à la française 0,43	Pâtes fusilli 0,22
Fromage frais 0,21	Reblochon 0,23	Coulommiers 0,20	Faiselle 0,51
Fruit de saison 0,23	Fruit de saison 0,23	Baba nappé fruits rouges 0,30	Salade de fruits d'été 0,23
Potage aïenois 0,11	Bouillon vermicelle 0,04	Soupe au gruau 0,25	Soupe à l'oignon 0,28
Pepinettes poulet / légumes grillés 0,99	Thon à l'huile d'olive 1,46	Spaghetti tomate et boulettes végé 1,04	Tarte provençale 0,48
Roquefort 0,37	Morbier 0,39	Ossau-iraty 0,36	Crème de roquefort 0,28
Flan vanille 0,41	Compote de pomme 0,25	Fruit de saison 0,23	Abricot au sirop de romarin 0,46
<b>4,11 €</b>	<b>3,86 €</b>	<b>5,60 €</b>	<b>4,37 €</b>

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Accras de morue 0,32	Carottes râpées aux agrumes 0,17	Concombres sauce yaourt 0,63	Friand à la viande 0,15
Clafoutis courgettes chèvre maison 0,44	Paupiette de veau 0,75	Noisettine d'agneau 0,99	Filet de cabillaud poché 1,11
Salades vertes mêlées 0,23	Aubergines braisées 1,22	Riz pilaf 0,25	Crumble à la tomate 0,38
Bleu d'Auvergne 0,26	Abondance 0,49	Tomme de Savoie 0,26	Mimollette 0,20
Fruit de saison 0,23	Mille-feuille 0,48	Oreillons de pêche 0,17	Smoothie banane-fraise 0,82
Potage au cresson 0,18	Crème freuseuse 0,39	Soupe de poisson aux croûtons 0,44	Potage carottes 0,39
Croque-monsieur maison 0,72	Cocos blancs au chorizo 0,27	Brouillade d'Argenteuil 0,44	Boulgour à la carbonara 0,27
Fondu de brebis 0,38	Reblochon 0,17	Petits-suisses aux fruits 0,30	Faiselle 0,51
Fruit de saison 0,23	Salade de fruits maison 0,25	Gâteau au chocolat 0,27	Fruit de saison 0,23
<b>2,99 €</b>	<b>4,19 €</b>	<b>3,75 €</b>	<b>4,06 €</b>

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Cake beaufortain 0,61	Salade tomate mozzarella 0,22	Melon au jambon 0,62	Avocat à la roquette 0,84
Blanquette d'agneau 1,66	Cuisse de canette au poivre vert 1,43	Mijotée d'encornets 0,84	Parmentier de canard 1,99
Haricots verts sautés 0,38	Boulgour aux oignons 0,15	Courgettes provençales 0,44	Carré fondu 0,17
Gruyère 0,20	Livarot 0,24	Fromage blanc vanille 0,26	Ile flottante 0,37
Carpaccio d'ananas épicé 0,23	Liégeois café 0,33	Tarte au citron 0,36	Soupe à l'oignon 0,28
Velouté aux brocolis 0,26	Velouté aux petits pois 0,17	Soupe de lentilles 0,17	Soupe de poisson aux croûtons 0,44
Brandade de morue 0,90	Raviolis ricotta épinards 2,20	Farfalles à la crème d'Epoisses 0,34	Dahl de lentilles corail 0,59
Morbier 0,39	Cheddar 0,43	Cœur de dame 0,27	Beaufort 0,60
Cocktail tropical 0,35	Fruit de saison 0,23	Fruit de saison 0,23	Salade de fruits maison 0,25
<b>4,98 €</b>	<b>5,40 €</b>	<b>3,53 €</b>	<b>5,09 €</b>

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Radis et beurre 0,46	Houmous rose 0,17	Salade gourmande au magret fumé 0,74	Maïs en salade 0,53
Poulet fermier rôti 1,12	Saucisse Chipolatas 0,66	Pavé de saumon à l'échalote 1,67	Escalope de veau forestière 1,38
Gratin de millet aux poireaux 0,40	Blettes à la crème 0,23	Tagliatelles 0,75	Poêlée aux 3 poivrons 0,65
Comté 0,37	Fourme d'Ambert 0,26	Bleu des Causses 0,34	Tomme noire des Pyrénées 0,38
Cocktail de fruits 0,11	Salade de fruits maison 0,25	★ Tiramisu aux Abricots 0,42	Fruit de saison 0,23
Potage julienne 0,26	Soupe de vermicelles 0,14	Soupe à la semoule 0,14	Soupe de poisson aux croûtons 0,44
Cake aux pois cassés et chèvre 0,66	Omelette aux fines herbes 0,55	Moussaka végétarienne 1,38	Parmentier d'épinards et boulgour 0,31
Saint-marcellin 0,29	Fromage de chèvre frais 0,27	Fromage blanc sucré portion 0,46	Petits-suisses aux fruits 0,30
Compote de pomme 0,25	Crème dessert chocolat 0,50	Fruit de saison 0,23	Cocktail de fruits 0,11
<b>3,92 €</b>	<b>3,03 €</b>	<b>6,13 €</b>	<b>4,33 €</b>

### FORMATION

### Intégrer la loi EGALim en restauration collective

Connaître 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