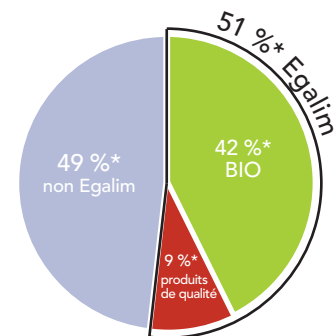


4 semaines de menus *Entreprise*

COÛT MOYEN
DU REPAS
2,62 €

Retrouvez l'intégralité des
recettes dans le logiciel

AidoMenu



★ Recettes du mois

🌿 Recette végétarienne

👤 Recettes réalisées en partenariat
avec Interfel

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		
(B)	Carottes râpées et maïs	AB 0,36	(B)	Assortiment crudité	AB 0,34
	Jambon sec	0,45		Betteraves	AB 0,42
(F)	Sauté de veau au thym	AB 2,97	(DG)	Tomate farcie	0,94
🌿	Frittata tomates cerises et olives	0,56	🌿	Lasagnes aubergine et pois chiche	AB 0,89
(I)	Pommes de terre vapeur	AB 0,61	(I)	Riz créole	AB 0,20
	Pois gourmands	0,07			
(J)	Bleu d'Auvergne	🌿 0,26	(L)	Fromage blanc battu nature	AB 0,34
	Faisselle	AB 0,51		Gouda	AB 0,24
	Compote de poire	AB 0,36	(M)	Cookie moelleux pépites de chocolat	0,32
	Fruit de saison	AB 0,40		Fruit de saison	AB 0,40
3,28 €			2,15 €		

LUNDI			MARDI		
(B)	Melon et pastèque à la menthe	0,45	(B)	Céleri remoulade	0,32
	Gaspacho de courgette fromage de brebis	0,35		Concombres sauce Tzaziki	AB 0,44
(E)	Curry de crevettes	1,16		Sauté de porc au cidre	AB 1,89
🌿	Quiche aux poireaux	0,67	🌿	Gnocchi sauce tomate gratinés mozzarella	0,35
(I)	Quinoa et petits légumes	AB 0,33	(H)	Crumble de blettes à la noisette	0,45
(J)	Morbier	🌿 0,31	(K)	Coulommiers	AB 0,21
	Fromage blanc nature	0,23		Bûche de chèvre	AB 0,51
	Compote de pomme	AB 0,13		Flognarde aux abricots	0,39
	Fruit de saison	AB 0,40		Ananas au sirop léger	0,37
2,18 €			2,69 €		

LUNDI			MARDI		
(B)	Melon	0,37	(B)	Concombre vinaigrette	AB 0,37
	Carottes râpées et maïs	AB 0,36		Pois chiches en salade	AB 0,56
	Pilon de poulet aux herbes	AB 0,58	(E)	Merlu beurre nantais	0,98
🌿	Tortilla aux pommes de terre oignons	AB 1,00	🌿	Galette pois chiche	AB 0,84
(I)	Boulgour pilaf	AB 0,17	(H)	Fenouil braisé	0,38
	Poêlée de champignons	AB 1,69		Petits pois	AB 0,44
	Abondance	🌿 0,49		Fromage blanc nature	AB 0,38
	Gorgonzola	🌿 0,26		Tomme de Savoie	🌿 0,36
(O)	Fruit de saison	AB 0,40	(M)	Tiramisu	0,51
★	Gâteau noisettes	0,40		Fruit de saison	AB 0,40
2,93 €			2,61 €		

LUNDI			MARDI		
(B)	Melon	AB 0,37	(B)	Champignons en salade	0,44
	Salade verte	AB 0,31		Terrine de légumes frais maison	AB 0,37
	Escalope de poulet normand	AB 1,07		Haut de cuisse poulet rôti	0,73
🌿	Bruschetta mozza champignon volaille	1,27	🌿	Quinoa façon risotto à l'oseille	0,41
(H)	Courgettes sautées	AB 0,50	(I)	Pommes de terre vapeur	AB 0,61
	Lentilles	AB 0,33			
(K)	Munster	🌿 0,31	(L)	Faisselle	AB 0,51
	Saint-marcellin	0,29		Morbier	🌿 0,31
(M)	Moelleux à la chataigne	0,39		Compote pomme pêche	0,20
	Fruit de saison	AB 0,40		Fruit de saison	AB 0,40
2,62 €			2,30 €		

Chaque mois, la société VICI vous propose 4 semaines de menus adaptés aux adultes et enfants de 12 ans et plus fonctionnant en self à choix. Ils sont accompagnés de leur tableau d'analyse de fréquences GEMRCN et d'une recette détaillée avec son diagnostic GEMRCN réalisé par nos diététiciennes.

Retrouvez
toute l'analyse
du menu
page 60

MERCREDI			JEUDI			VENDREDI		
	Gaspacho tomate fraise	0,44	(J)	Pizza au fromage	0,41	(B)	Salade aux ravioles	0,66
	Rillettes de sardine	0,36		Courgettes râpées à la coriandre	AB 0,25		Salade de chou fleur sauce gribiche	0,31
	Escalope de dinde au jus	1,22	(E)	Colin sauce capres	0,75		Rôti de porc au jus	0,84
🌿	Parmentier patates douces, pois cassés	0,64	🌿	Curry pdt brocolis, haricots rouges	0,66	🌿	Quiche basquaise	0,95
(I)	Pâtes fusilli	AB 0,26	(H)	Aubergines à la Parmigiana	0,83	(I)	Flageolets au jus	1,02
							Haricots verts persillés	AB 0,36
	Camembert	🌿 0,20	(J)	Cantal	🌿 0,27	(K)	Pont-l'évêque	🌿 0,29
	Kiri	AB 0,32		Bûche de chèvre	AB 0,51		Roquefort	🌿 0,38
(O)	Fruit de saison	AB 0,40	(O)	Fruit de saison	AB 0,40	(O)	Fruit de saison	AB 0,40
	Cocktail de fruits	0,21		Ananas au sirop léger	0,37		Crème dessert vanille	AB 0,39
2,16 €			2,64 €			2,80 €		

MERCREDI			JEUDI			VENDREDI		
(B)	Salade avocat feta	0,55		Taboulé vert aux agrumes	AB 0,25	(B)	Radis noir et carotte rapés	0,26
	Salade de haricots rouges à la mexicaine	0,26		Salade verte	AB 0,31		Salade cœur artichaut sauce césar	0,63
(F)	Agneau à l'orientale	1,82	(E)	Filet de dorade sauce crustacés	1,20	(F)	Bavette maître d'hôtel	2,03
🌿	Œufs brouillés maison	AB 0,77	🌿	Boulettes de lentilles vertes aux olives	AB 1,05	🌿	★ Burger végété	1,73
(I)	Polenta crémeuse	AB 0,42	(H)	Chou fleur persillé	AB 0,55	(I)	Frites maison	AB 0,47
	Epinards au jus	AB 0,37		Piperade	0,33		Julienne de légumes	0,38
(L)	Faisselle	AB 0,51	(J)	Tomme de Savoie	🌿 0,36	(J)	Emmental	AB 0,30
	Gouda	AB 0,24		Yaourt saveur vanille	AB 0,28		Vache qui rit	AB 0,23
(O)	Fruit de saison	AB 0,40	(O)	Fruit de saison	AB 0,40	(L)	Mousse chocolat pot	0,18
	Banane sauce chocolat	0,44		Flan praliné	0,22		Fruit de saison	AB 0,40
2,89 €			2,48 €			3,31 €		

MERCREDI			JEUDI			VENDREDI		
	Potage de légumes	AB 0,22	(A)	Salade de perles marine	0,26		Macédoine vinaigrette	CE2 0,16
	Salade verte	AB 0,31		Endives aux pommes	AB 0,55		Maïs en salade	AB 0,53
(D)	Saucisse de Toulouse	0,64	(FH)	Sauté d'agneau aux légumes	2,55	(F)	Sauté de bœuf bourguignon	1,99
🌿	Soufflé de chou fleur	0,77	🌿	Galette boulgour lentille epinard	0,95	🌿	Parmentier lentilles, champignons	0,35
(I)	Riz créole	AB 0,13	(H)	Ratatouille maison	0,55	(H)	Carottes sautées	AB 0,39
	Haricots verts persillés	AB 0,35						
(L)	Yaourt saveur fraise	AB 0,30	(J)	Livarot	🌿 0,41	(L)	Petits-suisses aux fruits	AB 0,41
	Chaource	🌿 0,70		Tartare ail et fines herbes	0,21		Carré fondu	0,17
(O)	Fruit de saison	AB 0,40	(O)	Fruit de saison	AB 0,40	(M)	Panna cotta coulis fruits rouges	0,45
	Compote pomme-abricot	0,19		Eclair café	0,33		Fruit de saison	AB 0,40
2,01 €			3,32 €			2,62 €		

MERCREDI			JEUDI			VENDREDI		
	Poireaux vinaigrette	AB 0,71		Gaspacho tomate pastèque	0,36	(B)	Crudités aux graines de sésame	0,30
	Salade de mâche aux gésiers	0,72		Parfait de volaille	0,27		Jambon blanc beurre	0,53
(E)	Curry de crevettes	1,16	(F)	Sauté de bœuf aux olives	1,99	(DI)	Cassoulet	1,02
🌿	Pizza Reine	0,63	🌿	Bouchée à la reine végété	0,39	🌿	Galette pois chiche	AB 0,84
(I)	Spaghetti	AB 0,33	(H)	Haricots verts sautés	0,30			
	Poêlée de légumes	0,45		Tian de légumes frais	0,36		Julienne de légumes	0,38
(J)	Mimolette jeune	0,18	(K)	Brie de Meaux	🌿 0,33	(L)	Fromage blanc nature	0,23
	Saint Moret	AB 0,41		Faisselle	AB 0,51		Carré fondu	0,17
(O)	Fruit de saison	AB 0,40		Tarte aux pêches amandine	0,39	(N)	Ile flottante au caramel	0,33
	Pommes cuites au four	AB 0,43		Gâteau au yaourt	0,14		Fruit de saison	AB 0,40
2,71 €			2,71 €			2,29 €		