CARNET DES EXPERTS
4 semaines de menus by VICI

4 semaines de menus Scolaire

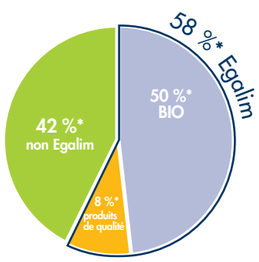
Chaque mois, la société VICI vous propose 4 semaines de menus uniques adaptées aux **scolaires**. Ce menu est accompagné de son **tableau d'analyse de fréquences GEMRCN**, de trois recettes détaillées dont une avec son diagnostic GEMRCN réalisé par nos diététiciennes.

Retrouvez toute l'analyse du menu page 63

COÛT MOYEN DU REPAS 2,09 €

Retrouvez l'intégralité des recettes dans le logiciel **AidoMenu**

LUNDI		MARDI	
(B) Tomates en salade	0,16	Salade de lentilles cumin	0,26
(F) Sauté d'agneau aux herbes	1,25	(E) Colin sauce safran	1,07
Risotto fèvette	0,26	(H) Petits pois à la française	0,28
(I) Purée de patates douces	0,52	(K) Bûche du Pilat	0,31
(K) Bûche de chèvre	0,41	(O) Fruit de saison	0,23
(M) Nougat glacé	0,47		
	2,32 €		**2,15 €**
(B) Radis et beurre	0,38	Betteraves vinaigrette	0,17
(GH) Moussaka végétarienne	0,67	(E) Filet de truite poché	1,24
Clafoutis aux brocolis	0,22	(I) ★ Polenta rôtie à la provençale	0,08
(H) Crumble à la tomate	0,26	(J) Tomme de Savoie	0,34
(L) Faisselle	0,51	(O) Salade de fruits maison	0,20
Tiramisu fruits rouges	0,37		
	1,97 €		**2,03 €**
★ Taboulet de quinoa/melon	0,23	(B) Batavia	0,01
(E) Gratin de poisson	0,65	(DGI) Vol-au-vent courgettes ricotta	1,11
(H) Haricots verts persillés	0,22	Palet de lentilles corail et riz	0,29
(L) Fromage blanc battu portion	0,54		
(O) Fruit de saison	0,23	(L) Yaourt aromatisé	0,49
		Ile flottante	0,33
	1,87 €		**1,53 €**
(B) Carottes râpées citron	0,13	Houmous rose	0,15
(F) Bœuf à la mode gardianne	1,33	(E) Dos de cabillaud du pêcheur	1,21
Filet de loup au four	0,77	(H) Garniture de fenouil	0,24
(I) Riz	0,25	(J) Beaufort	0,55
(J) Edam	0,30	(O) Fruit de saison	0,23
Ananas au sirop léger	0,35		
	2,08 €		**2,38 €**



★ Recettes du mois

Menu végétarien

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

Loi EGALIM

Parmi les 5 mesures phares de la loi Egalim, on retrouve :

Des produits de qualité et durables dans les assiettes
avec l'intégration de 50 %[1] de produits de qualité et durables, dont 20 %[1] de produits biologiques minimum

Les produits éligibles : BIO, AOP/AOC, Label Rouge, IGP, STG, HVE, CE2[2], RUP, Commerce equitable, mention « fermier » ou « produit de la ferme » ou « produit à la ferme » et Écolabel pêche durable.

Diversification des sources de protéines et menu végétarien[3]
avec la mise en place d'un menu végétarien hebdomadaire en restauration scolaire

[1]en volume d'achat monétaire sur une année civile [2] éligible jusqu'au 31/12/2026 [3] depuis le 01/11/ 2019

MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
Asperges vinaigrette	0,58	(B) Melon	0,83	(B) Concombre vinaigrette	0,47
Steak haché sauce poivres	0,90	Rôti de porc	1,26	Omelette	0,67
Potée de flageolets champignons	0,29	Seïtan en galette épicée	0,76	Couscous végétarien	0,39
(I) Pâtes fusilli	0,15	(H) Courgettes sautées	0,21	(IH) Boulgour et légumes	0,10
(L) Yaourt saveur vanille	0,28	(J) Livarot	0,24	(J) Bleu des Causses	0,34
(O) Fruit de saison	0,23	(N) ★ Flognarde aux prunes	0,17	(N) Crumble à la banane	0,34
	1,39 €		**2,46 €**		**1,78 €**
(A) Pâté de campagne	0,46	(ABK) Salade verte à l'emmental	0,37	Salade de perles océane	0,26
Poulet fermier rôti	1,54	(I) Lasagnes provençales	0,69	(F) Rôti de bœuf	0,76
Quenelle sauce tomate	0,68	Chili sin carné maison	0,56	Roulade de sole à l'oseille	0,74
(H) Ratatouille	0,41			(H) Flan aux trois légumes	0,43
(J) Bleu d'Auvergne	0,26	(J) Cantal	0,28	(L) Petit-suisse nature	0,50
(O) Fruit de saison	0,23	Abricot au sirop de romarin	0,31	(O) Fruit de saison	0,23
	2,47 €		**1,59 €**		**2,17 €**
Betteraves vinaigrette	0,17	(B) Carottes râpées	0,47	(AB) Avocat vinaigrette	0,54
(D) Saucisse de Montbéliard	0,85	Emincé de dinde au sésame	1,30	(F) Sauté de veau au romarin	1,65
Brochette de poisson	1,12	Pané fromager	0,88	Potée haricots blancs champignons	0,24
(I) Purée aux pois cassés	0,16	(H) Aubergines braisées	0,42	(I) Quinoa	0,29
(K) Chaource	0,34	Bûche de chèvre	0,41	(K) Camembert	0,27
(O) Fruit de saison	0,23	(M) Tarte au citron	0,30	Compote de poire	0,37
	1,89 €		**2,69 €**		**2,42 €**
Terrine de légumes	0,25	(B) Concombre mimosa	0,59	(B) Radis	0,28
Brouillade d'Argenteuil	0,44	Rôti de porc olives	1,27	Escalope de poulet	1,65
Falafels	0,41	Flamiche aux oignons	0,47	Gratin de poisson au curry	0,85
(I) Macaronis	0,13	(H) Carottes sautées	0,24	(I) Pommes de terre vapeur	0,54
(L) Fromage blanc battu portion	0,38	(J) Livarot	0,24	(J) Bleu des Causses	0,34
(O) Fruit de saison	0,23	(M) Quatre quart	0,23	(N) Entremets pêche-chocolat	0,47
	1,42 €		**2,17 €**		**2,88 €**

AidoMenu

Le **logiciel de gestion** de votre restauration

Une seule solution pour tout gérer

- Commande, Stock & Traçabilité
- Suivi de production
- Diminution des déchets
- Cuisine centrale
- Menus & recettes
- Gestion du matériel
- Suivi & respect EGAlim

VICI renseignements et inscriptions 04 75 86 09 25 www.vici-restauration.com commercial@vici-restauration.com