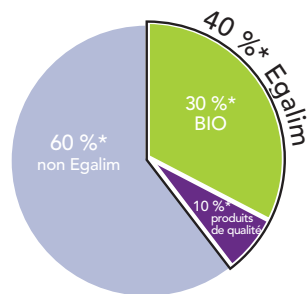


# 4 semaines de menus *Santé*

COÛT MOYEN  
DU MENU  
**4,07 €**

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                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Potage de légumes 0,40<br>Filet Mignon en croûte 1,08<br>Petits pois aux oignons 0,48<br>Fromage blanc battu nature 0,39<br>Gâteau au miel 0,28 | Pamplermousse rose 0,23<br>Courgette farcie 0,96<br>Riz pilaf 0,25<br>Vache qui rit 0,23<br>Compote de pomme 0,25                         | Poireaux ravigote 0,13<br>Gâteau foies de volaille et quenelle 0,77<br>Saint-nectaire 0,34<br>Fruit de saison 0,32 |
| Soupe de poireaux 0,14<br>Flan à la julienne de légumes et feta 0,68<br>Morbier 0,38<br>Cocktail de fruits au sirop 0,34                        | Crème de maïs 0,39<br>Terrine de Poisson maison 0,54<br>Brunoise de légumes 0,18<br>Yaourt saveur vanille 0,29<br>Corbeille de fruit 0,29 | Velouté dubarry 0,20<br>Dahl de lentilles corail 0,18<br>Fromage blanc nature 0,24<br>Compote pomme-abricot 0,30   |
| 4,17 €                                                                                                                                          | 3,61 €                                                                                                                                    | 2,48 €                                                                                                             |

| LUNDI                                                                                                                  | MARDI                                                                                                                                        | MERCREDI                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rosette 0,60<br>Haut de cuisse poulet rôti 2,01<br>Pennes 0,24<br>Yaourt saveur fraise 0,29<br>Corbeille de fruit 0,21 | Salade de perles marine 0,22<br>Bœuf bourguignon 1,87<br>Carottes sautées 0,41<br>Edam 0,28<br>Liégeois café glacé 0,34                      | Houmous sur toast 0,21<br>Sauté de veau aux champignons 2,22<br>Fondue de poireaux 1,02<br>Camembert 0,34<br>Compote pomme-abricot 0,30 |
| Soupe à l'oignon 0,26<br>Clafoutis Brocoli-chèvre 0,50<br>Fourme d'Ambert 0,26<br>Gâteau de riz 0,19                   | Velouté de petits pois 0,42<br>Quiche au saumon brocoli 0,65<br>Salades vertes mêlées 0,22<br>Petits-suisses 0,26<br>Corbeille de fruit 0,21 | Veloute de cresson 0,23<br>Coquille de poisson 0,48<br>Riz créole 0,16<br>Cantal 0,28<br>Brioche perdu 0,24                             |
| 4,56 €                                                                                                                 | 4,88 €                                                                                                                                       | 5,48 €                                                                                                                                  |

| LUNDI                                                                                                                                         | MARDI                                                                                                                            | MERCREDI                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pâté de campagne 0,76<br>Escalope de poulet normande 1,02<br>Printanière de légumes 0,35<br>Yaourt brassé nature 0,28<br>Fruit de saison 0,18 | Salade de pamplermousse Feta 0,53<br>Bœuf Marengo 1,68<br>Farfalle 0,15<br>Saint-nectaire 0,34<br>Crème dessert vanille 0,23     | Taboulé 0,17<br>Jambon braisé 0,81<br>Petits pois aux oignons 0,48<br>Carré frais 0,32<br>Compote de pomme vanille 0,24              |
| Velouté de potiron 0,21<br>Feuilleté aux champignons 1,38<br>Salades vertes mêlées 0,22<br>Morbier 0,38<br>Compote de poire 0,38              | Crème de lentilles corail 0,16<br>Fricassé de haricots et jambon 0,50<br>Fromage blanc battu nature 0,39<br>Fruit de saison 0,32 | Velouté dubarry 0,20<br>Quiche au saumon épinard 0,64<br>Mâche vinaigrette 0,23<br>Yaourt brassé nature 0,28<br>Fruit de saison 0,25 |
| 5,16 €                                                                                                                                        | 4,30 €                                                                                                                           | 3,62 €                                                                                                                               |

| LUNDI                                                                                                                   | MARDI                                                                                                                                    | MERCREDI                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Céleri rémoulade 0,35<br>Poulet mariné 2,09<br>Flageolets au jus 0,49<br>Carré frais 0,32<br>Compote pomme-abricot 0,30 | Pizza au fromage 0,49<br>Emincé de bœuf au curry 1,02<br>Chou fleur persillée 0,33<br>Yaourt brassé nature 0,28<br>Salade de fruits 0,37 | Artichaut vinaigrette 0,54<br>Escalope de dinde viennoise 0,70<br>Riz créole 0,16<br>Tomme de Savoie 0,34<br>Fruit de saison 0,19         |
| Soupe au chou 0,25<br>Pennes aux fruit de mer 0,43<br>Petits-suisses 0,26<br>Fruit de saison 0,25                       | Crème à l'oseille 0,28<br>Salade PDT et harengs fumés 0,61<br>Emmental 0,20<br>Flan nappé au caramel 0,16                                | Velouté carotte potiron lait de coco 0,26<br>Blette à la bolognaise bœuf 0,80<br>Cantafrais 0,18<br>Gâteau de semoule fruits confits 0,20 |
| 4,74 €                                                                                                                  | 3,74 €                                                                                                                                   | 3,37 €                                                                                                                                    |

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

| JEUDI                                                                                                                                                      | VENDREDI                                                                                                                       | SAMEDI                                                                                                                                        | DIMANCHE                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Salade verte tomate olive 0,17<br>Aiguillette de poulet au paprika 0,62<br>Carottes sautées 0,41<br>Yaourt 1/2 écrémé nature 0,29<br>Tarte aux poires 0,26 | Haricots verts en salade 0,17<br>Gratin de poisson au curry 0,72<br>Coquillettes 0,20<br>Comté 0,39<br>Corbeille de fruit 0,21 | Concombres sauce Tzaziki 0,36<br>Jambonneau au jus 0,62<br>Mijotée haricots blancs tomate 0,72<br>Petits-suisses 0,26<br>Fruit de saison 0,32 | Rillettes de sardine 0,32<br>Rôti de veau au jus à l'estragon 1,22<br>Purée de Butternut 0,52<br>Bleu d'Auvergne 0,26<br>Vacherin glacé 0,26 |
| Soupe de légumes 0,32<br>Pommes de terre boulangère lardons 0,35<br>Brie de Meaux 0,33<br>Corbeille de fruit 0,21                                          | Velouté de tomate 0,25<br>Jambon blanc 0,86<br>Macédoine mayonnaise 0,30<br>Kiri 0,26<br>Semoule au caramel 0,28               | Potage parmentier 0,36<br>Tortellini ricotta épinard gratinés 0,40<br>Camembert 0,34<br>Corbeille de fruit 0,21                               | Soupe pâtes alphabet 0,07<br>Poêlée campagnarde jambon 0,52<br>Faisselle 0,48<br>Poires au sirop 0,24                                        |
| 2,96 €                                                                                                                                                     | 3,64 €                                                                                                                         | 3,59 €                                                                                                                                        | 3,89 €                                                                                                                                       |

| JEUDI                                                                                                            | VENDREDI                                                                                                                               | SAMEDI                                                                                                                                       | DIMANCHE                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Œufs durs mimosa 0,47<br>Lasagnes ricotta épinards chèvre 0,52<br>Bûche du Pilat 0,30<br>Corbeille de fruit 0,21 | Betteraves 0,39<br>Pané de filet de poisson blanc citron 0,71<br>Haricots verts sautés 0,37<br>Emmental 0,31<br>Tarte au chocolat 0,49 | Salade coleslaw maison 0,23<br>Saucisson chaud au vin 0,67<br>Purée de pomme de terre 0,32<br>Petits-suisses 0,26<br>Corbeille de fruit 0,29 | Terrine de légumes frais maison 0,37<br>Gigot d'agneau crème d'ail 1,68<br>Gratin de brocolis 0,41<br>Tomme de Savoie 0,34<br>Paris-Brest 0,29           |
| Crème d'asperges 0,19<br>Croque-monsieur 0,38<br>Reblochon 0,38<br>Poire au vin rouge 0,38                       | Potage Saint-Germain 0,11<br>Courgette à la bolognaise 1,16<br>Fromage blanc battu nature 0,39<br>Corbeille de fruit 0,29              | Potage crécy 0,29<br>Lentilles dijonnaise au jambon 0,83<br>Saint-marcellin 0,26<br>Liegeois café 0,44                                       | Velouté de légumes 0,39<br>Gratin de pâtes à la mimolette 0,26<br>Salades vertes mêlées 0,22<br>Yaourt 1/2 écrémé nature 0,29<br>Corbeille de fruit 0,29 |
| 2,45 €                                                                                                           | 4,22 €                                                                                                                                 | 3,59 €                                                                                                                                       | 4,54 €                                                                                                                                                   |

| JEUDI                                                                                                               | VENDREDI                                                                                                                                                   | SAMEDI                                                                                                                                                | DIMANCHE                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Salade verte 0,12<br>Tartiflette végétarienne champignons 1,05<br>Fromage blanc nature 0,41<br>Fruit de saison 0,25 | Salade d'endives aux pommes 0,34<br>Filet de lieu sauce dieppoise 0,72<br>Epinards sauce béchamel 0,38<br>Camembert 0,30<br>★ Moelleux à la châtaigne 0,42 | Salade de mâche aux gésiers 0,56<br>Sauté de porc sauce forestière 0,97<br>Riz pilaf 0,25<br>Yaourt brassé nature 0,28<br>Salade de fruits frais 0,32 | Rosette 0,60<br>Rôti de veau aux olives 1,77<br>Haricots plats aux oignons 0,30<br>Pont-l'évêque 0,28<br>Gâteau sec au citron 0,31 |
| Soupe de légumes 0,32<br>Galantine de volaille 0,49<br>Chou-fleur au jus 0,67<br>Comté 0,39<br>Riz au lait 0,51     | Potage poireaux 0,22<br>Croque-monsieur maison 0,68<br>Petits-suisses 0,26<br>Fruit de saison 0,32                                                         | Velouté de champignons 0,28<br>Œufs durs sauce mornay 0,93<br>Ecrasé de patates douces 0,53<br>Vache qui rit 0,23<br>Crème dessert caramel 0,23       | Velouté de légumes 0,23<br>Hachis parmentier diner 0,64<br>Fromage blanc nature 0,41<br>Fruit de saison 0,33                       |
| 4,21 €                                                                                                              | 3,64 €                                                                                                                                                     | 4,58 €                                                                                                                                                | 4,87 €                                                                                                                             |

| JEUDI                                                                                                                                                  | VENDREDI                                                                                                                          | SAMEDI                                                                                                                                | DIMANCHE                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mousse de betterave 0,13<br>Dos de cabillaud sœ provençale 1,23<br>Gratin de Blettes 0,26<br>Fromage blanc nature 0,41<br>Tarte au flan patissier 0,27 | Salade verte et maïs 0,15<br>Omelette Fromage maison 0,83<br>Ecrasé de patates douces 0,53<br>Cantal 0,26<br>Fruit de saison 0,18 | Salade de pâtes et surimi 0,24<br>Steak haché au poivre 1,49<br>Endives braisées 0,72<br>Fourme d'Ambert 0,26<br>Fruit de saison 0,18 | Asperges mayonnaise 0,66<br>Sauté de porc charcutier 2,10<br>Pommes de terre grenaille rissolee 0,45<br>Faisselle 0,48<br>Moelleux à la châtaigne 0,42 |
| Velouté de courgettes 0,19<br>Crêpes champignons 0,42<br>Salade d'endives croûtons 0,56<br>Reblochon 0,38<br>Fruit de saison 0,32                      | Potage Saint-Germain 0,11<br>Rôti de dinde sauce tartare 0,96<br>Yaourt brassé nature 0,28<br>Crème dessert pistache 0,33         | Velouté de légumes 0,23<br>Flammekueche 0,64<br>Salades vertes mêlées 0,22<br>Petits-suisses 0,26<br>Compote de pomme 0,25            | Soupe à la semoule 0,14<br>Gratin de butternut 0,79<br>Brie de Meaux 0,33<br>Fruit de saison 0,32                                                      |
| 4,17 €                                                                                                                                                 | 3,65 €                                                                                                                            | 4,49 €                                                                                                                                | 5,69 €                                                                                                                                                 |

## 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

### 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