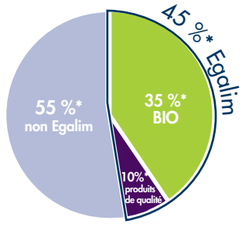
4 semaines de menus *Santé*

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
4,49 €

Retrouvez l'intégralité des recettes dans le logiciel
AidoMenu



LUNDI		MARDI		MERCREDI	
Salade de chou fleur sauce gribiche	0,25	Cake au fromage et olives	0,30	Haricots verts en salade	0,38
Haut de cuisse poulet rôti	2,16	Blanquette de poisson	0,62	Emincé de dinde au pesto	0,87
Flageolets au jus	0,44	Poêlée de potimarron aux oignons	0,36	Navets au jus	0,73
Mimolette jeune	0,18	Petits-suisses	0,26	Bleu d'Auvergne	0,26
Poire pochée au sirop	0,44	Fruit de saison	0,40	Tarte aux pommes normande	0,27
Velouté de légumes	0,44	Velouté de carotte potiron lait de coco	0,23	Velouté de courgettes	0,33
Bouchée à la reine	0,66	Flammekuëche	0,62	Endives au jambon	0,49
Faisselle	0,51	Morbier	0,31	Yaourt brassé nature	0,26
Fruit de saison	0,40	Compote de poire	0,36	Fruit de saison	0,40
	5,48 €		**3,46 €**		**3,99 €**

LUNDI		MARDI		MERCREDI	
Salade de perles marines	0,19	Radis noir et carotte rapés	0,27	Macédoine vinaigrette	0,15
Rôti de porc au jus	0,68	Bœuf marengo	2,06	Aiguillette de poulet au paprika	0,62
Petits pois aux oignons	0,45	Farfalle	0,15	Quinoa et petits légumes	0,33
Fromage blanc battu nature	0,34	Fourme d'Ambert	0,26	Saint-nectaire	0,34
Fruit de saison	0,40	Panna cotta coulis fruits rouges	0,38	Crème dessert chocolat	0,39
Velouté de potiron	0,18	Crème de lentilles corail	0,15	Velouté dubarry	0,23
Bruschetta mozza champignon volaille	1,24	Riz cantonais	0,37	Fricassé haricots blancs cheddar	0,56
Morbier	0,31	Faisselle	0,51	Fromage blanc nature	0,23
Cocktail de fruits au sirop	0,24	Fruit de saison	0,40	Mille-feuilles	0,43
	4,03 €		**4,55 €**		**3,28 €**

LUNDI		MARDI		MERCREDI	
Pois chiches en salade	0,47	Salade verte	0,28	Taboulé	0,21
Escalope de poulet normand	1,07	Tartiflette	0,83	Paupiette de veau aux herbes	0,65
Jardinière de légumes	0,78	Vache qui rit	0,22	Petits pois aux oignons	0,45
Fruit de saison	0,40	Ananas au sirop léger	0,37	Comté	0,38
				Compote de pomme vanille	0,14
Potage crécy	0,28	Potage de légumes	0,20	Crème de butternut et noisettes	0,28
Feuilleté chèvre	0,31	Cannelloni à la bolognaise	1,30	Civet de cerf aux cèpes	1,87
Salade verte tomate	0,18	Fromage blanc battu nature	0,34	Tagliatelles	0,11
Morbier	0,31	Fruit de saison	0,40	Faisselle	0,51
Crème pâtissière aux abricots	0,16			Bûche glacée	0,62
	3,96 €		**3,94 €**		**5,22 €**

LUNDI		MARDI		MERCREDI	
Salade verte haricots foies de volaille	0,22	Velouté de champignons	0,23	Salade fenouil agrumes saumon fumé	0,28
Lasagnes butternut et ricotta	0,44	Emincé de bœuf au curry	1,57	Dinde rôtie aux marrons	1,38
Fromage blanc battu nature	0,34	Navets au jus	0,73	Patate douce rôtie	0,68
Fruit de saison	0,40	Edam	0,30	Bûche du Pilat	0,27
		Tarte au chocolat	0,48	Forêt noire	0,53
Crème à l'oseille	0,23	Velouté de petits pois	0,41	Velouté de légumes	0,44
Tortilla pdt et oignons	1,00	Quiche au saumon brocoli	0,80	Gratin de pâtes à la mimolette	0,28
Fourme d'Ambert	0,26	Salades vertes	0,19	Yaourt 1/2 écrémé nature	0,30
Salade d'orange	0,44	Petits-suisses	0,26	Fruit de saison	0,40
		Fruit de saison	0,40		
	3,33 €		**5,37 €**		**4,56 €**

★ 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

JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE	
Betteraves au maïs	0,22	Céleri rémoulade	0,28	Mâche vinaigrette	0,39	Pizza Reine	0,54
Boulettes de bœuf sauce tomate	0,85	Mijoté d'encornets	1,03	Gigot d'agneau crème d'ail	1,90	Paupiette de veau braisée	0,75
Gnocchi	0,39	Petit épeautre façon risotto à l'oseille	0,51	Epinards à la crème	0,65	Poêlée de champignons	1,69
Bûche de chèvre	0,51	Kiri	0,50	Livarot	0,41	Yaourt saveur vanille	0,28
Fruit de saison	0,40	Compote de poire	0,36	Baba au rhum	0,20	Fruit de saison	0,40
Potage parmentier	0,32	Velouté d'endives	0,34	Velouté dubarry	0,23	Soupe de lentilles	0,20
Clafoutis aux brocolis	0,23	Flan à la julienne de légumes et feta	0,66	Lentilles dijonnaise au jambon	0,75	Crousti'fromage	0,80
Carré fondu	0,17	Fromage blanc battu nature	0,34	Munster	0,31	Cantal	0,27
Crème dessert chocolat	0,39	Compote de pomme	0,13	Fruit de saison	0,40	Compote tous fruits	0,20
	3,48 €		**4,15 €**		**5,24 €**		**5,13 €**

JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE	
Salade d'endives croûtons	0,49	Salade cœur artichaut sauce césar	0,51	Pamplemousse segments	0,41	Mortadelle pistachée	0,27
Pot-au-feu bœuf	1,61	Gratin de poisson au curry	0,61	Cassoulet	0,98	Rôti de veau champignons forestiers	2,10
Légumes pot au feu	0,39	Riz pilaf	0,24	Petits-suisses	0,26	Chou-fleur en gratin	0,28
Yaourt aromatisés	0,18	Comté	0,38	Liegeois café	0,23	Bleu d'Auvergne	0,26
Cake à l'ananas	0,24	Fruit de saison	0,40			Bavarois fruits rouges	0,79
Soupe de légumes	0,18	Soupe de poireaux	0,17	Potage parmentier	0,32	Soupe pates alphabet	0,08
Pizza au fromage jambon	0,65	Gratin de brocolis et pdt	0,35	Omelette aux champignons	0,51	Poêlée campagnarde jambon	0,60
Brie de Meaux	0,33	Kiri	0,50	Emmental	0,30	Faisselle	0,51
Fruit de saison	0,40	Compote pomme-abricot	0,19	Fruit de saison	0,40	Poires au sirop	0,36
	4,47 €		**3,35 €**		**3,41 €**		**5,25 €**

JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE	
Salade coleslaw maison	0,36	Chou au foie gras	0,30	Poireaux vinaigrette	0,56	Rosette	0,40
Cuisse de lapin à la moutarde	0,81	★ Filet de lotte sauce homardine	2,23	Palette à la diable	0,88	Rôti de bœuf froid	1,45
Tagliatelles	0,11	Risotto aux asperges	0,50	Ecrasé de patates douces	0,58	Carottes braisées	0,33
Fromage blanc battu nature	0,34	Pavlova aux fruits exotiques	0,34	Yaourt 1/2 écrémé nature	0,30	Pont-l'évêque	0,28
Saint Honoré revisité	0,43			Compote pomme-framboise	0,22	Cookie aux pépites de chocolat	0,27
Terrine au saumon fumé	0,43	Velouté de petits pois	0,41	Crème de lentilles corail	0,15	Velouté dubarry	0,23
Boudin blanc jus court	0,64	Endives gratinés au Bleu	0,68	Œufs à la Florentine	1,12	Muffin poulet	0,35
Haricots verts aux chataîgnes	0,35	Fromage blanc battu nature	0,34	Vache qui rit	0,22	Salades vertes	0,19
Comté	0,38	Fruit de saison	0,40	Crème dessert caramel	0,23	Petits-suisses	0,26
Salade de fruits frais	0,32					Fruit de saison	0,40
	4,17 €		**5,20 €**		**4,26 €**		**4,16 €**

JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE	
Tarte au maroilles	0,36	Betteraves	0,40	Smoothie à l'avocat	0,42	Terrine de légumes frais maison	0,39
Sauté de veau champignons	2,41	Filet de loup safrané	1,15	Saucisse chipolatas	0,60	Gigot d'agneau façon Tajine	1,74
Fondue de poireaux	0,78	Riz à l'espagnol	0,31	Purée de pomme de terre	0,53	Carottes sautées	0,39
P'tit Louis	0,30	Emmental	0,30	Petits-suisses	0,26	Tomme de Savoie	0,36
Compote pomme-abricot	0,19	Liegeois café	0,44	Fruit de saison	0,18	Paris-Brest	0,36
Foie gras et toast	1,29	Potage Saint-Germain	0,12	Potage crécy	0,28	Velouté de carotte potiron lait de coco	0,23
Pintade fermière aux poires	2,74	Fromage blanc battu nature	0,66	Lentilles dijonnaise au jambon	0,75	Croque-monsieur	0,85
Gratin de potimarron et châtaigne	0,57	Fromage blanc battu nature	0,34	Saint-marcellin	0,29	Salades vertes	0,19
Cantal	0,27	Fruit de saison	0,40	Crème dessert pistache	0,30	Roucoulons	0,41
Crème brûlée aux griottes	0,48					Compote de pomme	0,13
	9,39 €		**4,12 €**		**3,61 €**		**5,05 €**

Optimisez votre budget en toute sérénité

Un accompagnement complet pour vos **achats alimentaires** et **non-alimentaires**

- Jusqu'a 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

Découvrez l'ensemble de notre catalogue de formations

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



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