



CARNET DES EXPERTS

4 semaines de menus by



4 semaines de menus Santé

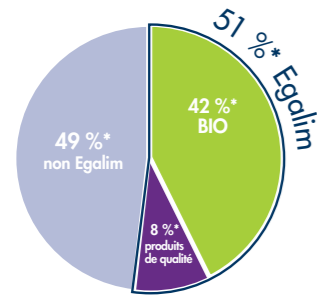
Chaque mois, la société VICI vous propose 4 semaines de menus adaptés au milieu de la santé (sanitaire et médico-social). Ce menu est accompagné de trois recettes détaillées et d'une déclinaison adaptée de recette.

Retrouvez la recette adaptée page 67

COÛT MOYEN DU MENU 4,43 €

Retrouvez l'intégralité des recettes dans le logiciel

AidoMenu



LUNDI	MARDI	MERCREDI
Salade de lentilles 0,23 Côte de porc à l'ancienne 0,96 Ratatouille de légumes frais 0,80 Munster 0,32 Fruit de saison 0,23	Tomates mimosa 0,21 Blanquette d'agneau 1,66 Riz créole 0,16 Comté 0,37 Crème dessert vanille 0,51	Croustillant de légumes 0,39 Fricassée de poulet 2,31 Blettes à la barigoule 0,28 Fromage blanc sucré portion 0,46 Fruit de saison 0,23
Crème de butternut 0,26 Choux de Bruxelles au lard 0,30 Carré fondu 0,17 Mœlleux duo pommes noix 0,39	Velouté de courgettes 0,26 Fricassé Haricots et jambon 0,67 Petits-suisseaux aux fruits 0,47 Fruit de saison 0,23	Crème de brocolis 0,13 Cannelloni à la bolognaise 1,30 Fourme d'Ambert 0,26 Flan à la cannelle 0,28
3,66 €	4,54 €	5,64 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Taboulé frais 0,21 Cuisse de lapin rôtie 1,34 Chou-fleur persillé 0,47 Picodon 0,90 Fruit de saison 0,23	Pousses de soja en salade 0,39 Andouillette vigneronne 0,89 Pommes de terre vapeur 0,63 Bleu d'Auvergne 0,26 Fruit de saison 0,23	Salade verte 0,23 Filet de truite aux agrumes 2,15 Carottes vichy 0,23 Yaourt brassé nature 0,53 Gâteau au yaourt/graines de pavot 0,30
Potage aux riewele 0,15 Œufs à la florentine 1,24 Fromage fondu 0,17 Fruit de saison 0,23	Potage campagnard 0,19 Quenelle de brochet sauce vin blanc 0,90 Yaourt saveur vanille 0,29 Trifle à la mangue 0,26	Velouté de haricots verts 0,23 Galantine de volaille 0,33 Saint-paulin 0,30 Fruit de saison 0,23
4,94 €	4,04 €	4,53 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Radis et beurre 0,46 Cuisse de poulet rôtie 2,02 Ratatouille de légumes frais 0,80 Bleu des Causses 0,34 Barre glacée 0,41	Cœur de palmier vinaigrette 0,28 Saucisse de Strasbourg 0,55 Lentilles 0,37 Yaourt 1/2 écrémé nature 0,29 Fruit de saison 0,23	Pois chiches en salade 0,29 Filet de cabillaud à l'orientale 1,15 Blettes à la tomate 0,28 Camembert 0,30 Fruit de saison 0,23
Soupe à la semoule 0,14 Tomate farcie 1,66 Coulommiers 0,20 Mousse aux kiwis 0,50	Potage au potiron 0,17 Feuilleté chèvre-épinard 1,36 Pyramide cendrée 0,29 Fruit de saison 0,23	Potage de légumes 0,11 Quiche lorraine 0,57 Saint-marcellin 0,29 Fruit de saison 0,23
6,53 €	3,77 €	3,45 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Avocat au thon 0,83 Jambon sauce moutarde 1,96 Purée de patates douces 0,64 Cantal 0,28 Ananas caramel 0,22	Tomates et mozzarella 0,36 Foie de veau lyonnaise 0,84 Carottes sautées 0,36 Roquefort 0,29 Riz au lait 0,50	Rosette 0,36 Boulettes d'agneau au genièvre 0,70 Flageolets fondants 0,48 Yaourt saveur vanille 0,29 Salade de fruits maison 0,25
Velouté de haricots verts 0,23 Friand à la viande 0,09 Sainte-Maure de Touraine 0,69 Smoothie agrumes menthe 0,33	Crème de céleri 0,19 Hachis parmentier 1,44 Fromage frais 0,21 Flan nappé caramel 0,15	Potage cultivateur 0,22 Riz cantonais végétarien 0,44 Mimolette 0,20 Fruit de saison 0,23
5,27 €	4,05 €	3,17 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Haricots beurre en salade 0,13 Brandade de morue maison 1,11 Edam 0,13 Fruit de saison 0,23	Avocat vinaigrette 0,55 Sauté de bœuf à l'échalote 1,87 Petit pois à la française 0,31 Yaourt sucré 0,30 Tartelette à la fraise/basilic 0,60	Flan aux asperges et chorizo 0,65 Rôti de veau à l'oseille 1,27 Coquillettes 0,18 Camembert 0,30 Fruit de saison 0,23	Salade verte 0,23 Filet de saumon sauce opaline 2,15 Cœurs de fenouil au gorgonzola 0,42 Bleu des Causses 0,34 Clafoutis aux abricots 0,17
Velouté de légumes 0,26 Gratin de tortis montagnard 0,76 Faisselle 0,51 Salade de fruits maison 0,25	Soupe aux perles du Japon 0,15 Omelette limousine 0,59 Chaurouce 0,34 Fruit de saison 0,23	Crème de champignons enrichie 0,42 Soufflé d'épinards 0,71 Port salut 0,36 Tiramisu fruits rouges 0,52	Velouté de poireaux maison 0,15 Tarte au boudin 0,71 Petits-suisseaux et sucre 0,37 Fruit de saison 0,23
3,38 €	4,94 €	4,64 €	4,77 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Macédoine mayonnaise 0,28 Emincé de dinde au jus 0,63 Polenta au beaufort 0,47 Gorgonzola 0,18 Salade de fruits maison 0,25	Tarte au camembert 0,48 Steak haché 1,58 Epinards à la ricotta 0,34 Faisselle 0,51 Fruit de saison 0,23	Concombres sauce blanche 0,56 Filet de lieu à l'estragon 1,06 Mélée de quinoa et petits légumes 0,57 Fondu de brebis 0,38 Flan coco cerises 0,24	Tomates et mozzarella 0,36 Sauté de veau au thym 2,65 Poêlée de trio de légumes 0,45 Emmental 0,25 Pain perdu 0,32
Potage au potiron 0,17 Cœur de blé aux lardons 0,59 Cheddar 0,43 Entremets caramel/ beurre salé 0,35	Soupe de légumes 0,33 Risotto fêvette 0,27 Yaourt aromatisé 0,53 Fruit de saison 0,23	Soupe au chou 0,44 Pizza 0,61 Saint-nectaire 0,31 Poire montagnarde 0,21	Potage Condé 0,14 Lasagnes aux légumes du soleil 1,75 Yaourt aux fruits mixés 0,37 Salade de fruits maison 0,25
3,35 €	4,50 €	4,38 €	6,54 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Mousse d'artichauts au brocciu 0,63 Blanquette de veau voluptueuse 1,48 Riz créole 0,16 Petit-suisse nature 0,51 Salade de fruits maison 0,25	Carottes râpées 0,21 Médailon de merlu aux crevettes 0,80 Courgettes sautées 0,30 Saint-nectaire 0,31 Crêpe sucrée 0,45	Verrine de petits pois à la menthe 0,18 Boudin noir 0,55 Gratin dauphinois 0,82 Comté 0,37 Fruit de saison 0,23	Salade verte à l'emmental 0,37 Moussaka au bœuf 1,71 Faisselle 0,51 Mœlleux chocolat au lait 0,60
Velouté aux marrons 0,68 Marmite de saumonnette 1,00 Yaourt aromatisé 0,22 Poire meringuée 0,42	Crème soubise 0,34 Nouilles au pesto 0,36 Crème de gruyère 0,26 Salade de fruits maison 0,25	Crème de fenouil 0,49 Risotto piémontais 0,26 Tomme noire 0,23 Liégeois café 0,16	Velouté d'asperge 0,18 Coquille de poisson champignons 0,50 Yaourt 1/2 écrémé nature 0,29 Fruit de saison 0,23
5,35 €	3,28 €	3,29 €	4,39 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Fenouil râpé 0,19 Pavé de colin au basilic 0,65 Poêlée aux 3 poivrons 0,65 Pont-l'évêque 0,28 Gâteau au miel 0,48	Salade verte 0,12 Bœuf braisé 1,93 Tagliatelles 0,09 Saint-paulin 0,30 Compote de pêche 0,19	Concombres vinaigrette 0,55 Moules marinières 1,35 Frites 0,65 Emmental 0,25 Entremets praliné 0,25	Salade de riz 0,22 Cuisse de pintade en persillade 1,71 Tomates à la provençale 0,37 Camembert 0,30 Fruit de saison 0,18
Soupe de lentilles 0,17 Quenelles aux olives 0,81 Yaourt 1/2 écrémé nature 0,10 Fruit de saison 0,23	Velouté de saison 0,65 Lentilles corail en dahl 0,59 Fromage blanc abricot 0,29 Riz au lait 0,47	Soupe aux crevettes 1,12 Millefeuille d'épinards 0,31 Bleu de Bresse 0,39 Fruit de saison 0,18	Velouté de poireaux 0,37 Gratin de poisson 0,92 Gouda 0,20 Fruit de saison 0,23
3,56 €	4,63 €	5,05 €	4,50 €

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

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

Connaitre 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