

4 semaines de menus Santé

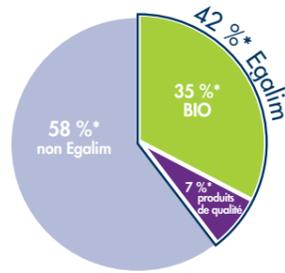
Chaque mois, la société VICI vous propose 4 semaines de menus adaptées **au milieu de la santé (sanitaire et médico-social)**. Ce menu est accompagné de trois recettes détaillées et d'une déclinaison adaptée de recette.

Retrouvez la recette adaptée page 67

COÛT MOYEN
DU MENU
4,45 €

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
Terrine de légumes 0,29	Piémontaise nature 0,60	Cœurs d'artichauts au brocciu 0,66
Steak haché Richelieu 1,65	Cuisse de poulet rôtie 2,02	Merlu sauce ciboulette 0,71
Lentilles au jus 0,16	Blettes à la crème 0,23	Quinoa 0,34
Fromage blanc sucré portion 0,46	Ossau-iraty 0,36	Livarot 0,24
Salade de fruits maison 0,24	Cocktail de fruits 0,11	Fruit de saison 0,24
Velouté d'endives 0,56	Soupe de vermicelles 0,14	Crème de maïs 0,38
Marmite de saumonette 0,97	Gratin de navets au munster 0,38	Panier dubarry 0,58
Morbier 0,37	Yaourt brassé nature 0,70	Spécialité fromagère aux noix 0,17
Tiramisu maison 0,48	Fruit de saison 0,24	Mousse aux marrons 0,53
5,18 €	4,78 €	3,85 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Céleri rémoulade 0,38	Macédoine mayonnaise 0,17	Radis et beurre 0,44
Canard aux olives 1,21	Filet de maquereau à la bouillonnaise 1,50	Brouillade d'Argenteuil 0,51
Pommes de terre vapeur 0,50	Boulgour 0,33	Poêlée de légumes 0,34
Cantal 0,29	Faisselle 0,69	Tendre bleu 0,33
Crème au caramel 0,18	Fruit de saison 0,24	Entremets myrtilles 0,27
Crème à l'oseille 0,33	Potage au tapioca et langoustines 0,71	Soupe belge 0,16
Cake moelleux à la carotte 0,77	Potimarron en clafoutis 0,69	Kebbeh aux pois chiches 0,41
Fromage blanc battu portion 0,37	Pont-l'évêque 0,28	Cervelle de canut 0,35
Fruit de saison 0,24	Compote de pomme 0,22	Fruit de saison 0,24
4,27 €	4,83 €	3,05 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Maïs en salade 0,47	Duo de choux aux noisettes 0,33	Lentilles à la montagnarde 0,66
Rôti de veau sauce poivres 1,49	Moules gratinées 0,72	Fricassée de poulet 2,31
Haricots verts persillés 0,34	Frites 0,65	Navets mijotés 0,14
Munster 0,30	Petit-suisse nature 0,52	Fromage blanc sucré portion 0,46
Fruit de saison 0,24	Poire pochée au vin rouge 0,30	Fruit de saison 0,24
Crème de butternut 0,25	Velouté orange 0,46	Crème de brocolis 0,12
Choux de Bruxelles au lard 0,32	Mœlleux au quinoa 0,59	Pommes de terre saumon-aneth 0,50
Carré fondu 0,15	Petits-suisse aux fruits 0,43	Fourme d'Ambert 0,25
Mœlleux duo de pommes et noix 0,38	Fruit de saison 0,24	Pot de crème cévenol 0,59
3,94 €	4,24 €	5,27 €

LUNDI	MARDI	MERCREDI
Tarte au fromage 0,66	Salade verte croûtons 0,18	Œufs durs mimosa 0,40
Lapin en chapelure 1,28	Navarin d'agneau 1,74	Filet de truite aux agrumes 2,16
Fonds d'artichaut gratinés 0,79	Purée maison 0,63	Carottes vichy 0,21
Picodon 1,04	Bleu d'Auvergne 0,26	Yaourt brassé nature 0,70
Fruit de saison 0,24	Fruit de saison 0,24	Banane sauce chocolat 0,30
Potage de légumes 0,10	Potage campagnard 0,20	Soupe à l'oignon 0,28
Gratin de poisson au fromage fines herbes 1,12	Pizza royale 0,99	Galantine de volaille 0,33
Fromage fondu 0,17	Yaourt saveur vanille 0,28	Saint-paulin 0,30
Fruit de saison 0,24	Compote de poire 0,09	Flan maison café 0,16
5,64 €	4,61 €	4,84 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Carottes râpées au citron 0,16	Pois chiches en salade 0,28	Saucisson sec 0,34	Chou chinois aux pommes 0,25
Mignon de porc à la bière 1,30	★Blanquette de dinde au gingembre 1,35	Civet de sanglier 1,28	Escalope de veau à la crème 1,39
Gratin de poireaux 0,56	Riz créole 0,15	Flan de semoule aux carottes 0,23	Poêlée de potimarron oignons 0,37
Petits-suisse aux fruits 0,43	Fournols 0,25	Crème de gruyère 0,25	Yaourt aromatisé 0,53
Riz au lait de coco 0,26	Fruit de saison 0,24	Coupe de fruits d'automne 0,37	Tarte au chocolat 0,64
Potage du marché 0,34	Potage de légumes 0,10	Velouté de saison 0,58	Crème aux fanes de radis 0,17
Quiche au saumon 0,59	Omelette aux champignons 0,47	Hachis parmentier maison 1,57	Gratinée de quenelles 0,62
Roquefort 0,56	Faisselle 0,69	Tomme de Savoie 0,40	Fromage de chèvre frais 0,27
Fruit de saison 0,24	Pomme au four 0,29	Fruit de saison 0,24	Salade de fruits maison 0,24
4,44 €	3,82 €	5,26 €	4,48 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Salade mexicaine 0,24	Mâche champêtre 0,49	★Blancs de poireaux aux crevettes 0,50	Douceur de champignons 0,56
Paupiette de veau aux herbes fraîches 0,81	Croustillant de filet de lieu 1,34	Andouillette vigneronne 1,23	Langue de bœuf à la financière 1,32
Tortis 0,19	Epinards au jus 0,46	Purée de patates douces 0,74	Brocolis persillés 0,20
Cœur de dame 0,27	Abondance 0,47	Yaourt brassé à la fraise 0,27	Crème de roquefort 0,28
Fruit de saison 0,24	Compote de pomme 0,22	Salade de fruits maison 0,24	★Gâteau de semoule figues et dattes 0,41
Crème de pois cassés à la volaille 0,31	Potage julienne maison 0,22	Crème freuseuse 0,38	Potage dubarry 0,13
Brocolis à la Godard 0,26	Boulgour campagnard 0,67	Mijotée d'encornets 0,94	Riz à la catalane 0,21
Yaourt saveur vanille 0,28	Brie de Meaux 0,34	Mimolette 0,21	Reblochon 0,23
Fruit de saison 0,24	Assortiments de fruits d'Automne 0,30	Fruit de saison 0,24	Ile flottante au sirop d'érable 0,68
2,84 €	4,51 €	4,75 €	4,02 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Carottes râpées 0,35	Salade aux ravioles 0,51	Poireaux vinaigrette 0,11	Avocat vinaigrette 0,68
Potée d'agneau et cocos blancs 1,64	Filet de saumon sauce opaline 2,15	Lasagnes bolognaises maison 1,35	Saucisse de Strasbourg 0,50
Edam 0,13	Cœurs de fenouil en croûte d'amandes 0,46	Camembert 0,34	Chou-fleur au gratin 0,29
Crumble pomme reinette et bleuets 0,26	Bleu des Causses 0,34	Fruit de saison 0,24	Comté 0,26
	Far aux pruneaux 0,14		Eclair vanille 0,29
Velouté de salsifis 0,23	Soupe aux perles du Japon 0,21	Crème de champignons enrichie 0,44	Velouté de poireaux maison 0,14
Gratin de Tortis Montagnard 0,71	Omelette limousine 0,59	Soufflé d'épinards 0,82	Chou farci 1,06
Faisselle 0,69	Chaurouce 0,33	Port salut 0,36	Spécialité fromagère fouettée nature 0,24
Salade de fruits maison 0,24	Fruit de saison 0,24	Far aux pruneaux 0,14	Tartare de kiwi et chantilly verte 0,48
4,25 €	4,97 €	3,80 €	3,94 €

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Salade aux accras de morue 0,37	Chou rouge tonic 0,26	Fraîcheur de champignons 0,77	Endives au bleu 0,55
Emincé de dinde au sésame 1,70	Foie de bœuf champêtre 0,43	Filet de lieu à l'estragon 1,14	Sauté de veau au curry 1,79
Pilaf au maïs 0,36	Champignons persillés 1,08	Farfalles 0,15	Poireaux braisés 0,15
Gorgonzola 0,18	Faisselle 0,69	Fondu de brebis 0,39	Emmental 0,25
Salade de fruits maison 0,24	Gâteau au miel 0,48	Liégeois café 0,16	Riz au lait de coco 0,26
Potage au potiron 0,16	Soupe indienne 0,18	Soupe au chou 0,43	Velouté aux brocolis 0,25
Cœur de blé aux lardons de haddock 0,57	Endives au jambon maison 1,01	Chili con carne 1,40	Brandade de morue maison 1,12
Cheddar 0,35	Yaourt aromatisé 0,53	Saint-nectaire 0,33	Yaourt aux fruits mixés 0,36
Entremets caramel beurre salé 0,25	Fruit de saison 0,24	Poire montagnarde 0,21	Salade de fruits maison 0,24
4,18 €	4,90 €	4,98 €	4,97 €



FORMATION

Dénutrition et besoins alimentaires des personnes âgées

Epidémiologie de la dénutrition - Marqueurs de l'état nutritionnels et outils de dépistage
Cause de la malnutrition et facteurs associés - Conséquences chez la personne âgée
Traitement diététique, enrichissement et prévention

Contactez nous



renseignements et inscriptions 04 75 86 09 25

www.vici-restauration.com

commercial@vici-restauration.com

Cuisine centrale

Gestion de la production, des tournées, bons de livraisons, facturation client

Menus et recettes

EGALIM, coût matière, bilan nutritionnel

Allergènes et GEMRCN

Respect de la réglementation INCO, calcul des fréquences, affichage des allergènes

Aidomenu

outil de gestion de votre restauration



Gaspillage alimentaire

Suivi et maîtrise des déchets, prévisions de consommation

Outil de gestion complet

Pilotage des budgets, EGALIM, statistiques, suivi des marchés

Commande et stock

Optimisation des achats, commande rapide, maîtrise du stock, inventaire, traçabilité

www.vici-restauration.com - 04 75 86 09 20