

PLANNING NUTRITIONNEL PERSONNES ÂGÉES EN INSTITUTION OU EN STRUCTURE DE SOINS

Semaine 1

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT DÉJEUNER	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau ou soupe	Café, thé, chocolat ou eau
	Biscottes	18123 Pain pérene multicéréales	18725 Petit pain Bleu blanc Cœur	15629 Muffin nature morceaux de chocolat	Corn flakes	18620 Petit pain long	11822 Croissant tradition au beurre PAC
	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion
	Beurre et/ou confiture ou miel	Beurre et/ou confiture ou miel	Orange pressée	05032 Salade de Fruits de saison	Fruit Frais	Beurre	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C
	Fruit Frais	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C				Fruits secs	
DÉJEUNER	03196 Salade duo de crudités	02247 Betteraves à la moutarde ancienne	02766 Macédoine de légumes mayonnaise	08693 Roulé végétal de blé et pois sur lit de salade verte	00380 Pâté de campagne	05934 Mousseline de céleri au fromage frais	01709 Beignets de crevettes
	02102 Boules d'agneaux à l'orientale	03437 Emincé de filet de poulet rôti	07024 00484 Paleron de bœuf aux jeunes carottes	03970 Poêlée ratatouille cuisinée à l'huile d'olive Express	00214 Filet de cabillaud sauce hollandaise	00794 Langue de bœuf sauce poivre	00364 Cuisse de canette rôti
	05782 Mélange world mix Marrakech	08615 Poêlée franc comtoise express	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	08522 Galettes de lentilles BIO	00916 Poireaux émincés à la crème	01085 Pommes vapeurs	13812 Fondants de champignons façon kouglof
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	02880 Pommes cuites	FRUIT CRU	02660 Tarte normande	Bande crousti chocolat	00451 Riz au lait au caramel	FRUIT CRU	03475 Tarte à la noix de coco
DINER	13630 Tresse de volaille forestière	13724 Galette de sarrasin jambon fromage	00546 Paupiette du pêcheur à l'oseille	00844 Hachis Parmentier	00243 Velouté de châtaignes	05325 Tarte bande oignon jambon	ALPHABET
	02843 Cordiale tonic Minute	SALADE VERTE	08287 Poêlée quinoa aux légumes	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	07237 Griglotte de poulet barbecue rôti	02613 SALADE VERTE	08016 Profilé de colin d'Alaska pané
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	16752 Petit pot citron-fruits rouges	03203 Brunoise de fruits	FRUIT CRU	03636 Cubes de mangue	FRUIT CRU	01105 Fromage blanc sur lit de cassis	FRUIT CRU

Produits en promo ce mois-ci

Produits Qualigel

Féculents, pain, légumes secs, céréales

Viandes, produits de la mer, oeufs

Fruits et légumes

Produits sucrés

Graisses ajoutées

Produits laitiers

Boissons / hydratation

À télécharger sur www.ds-restauration.com

PLANNING NUTRITIONNEL PERSONNES ÂGÉES EN INSTITUTION OU EN STRUCTURE DE SOINS

Semaine 2

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT DÉJEUNER	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau ou soupe	Café, thé, chocolat ou eau
	Biscottes	17171 Mini crêpes moelleuse sucré	18123 Pain pérène multicéréales	18725 Petit pain BBC	Corn flakes	18620 Petit pain long	13221 Pain au chocolat beurre PAC
	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	11035 Œufs durs écalés	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion
	Beurre et/ou confiture ou miel	Beurre et/ou confiture ou miel	Orange pressée	05032 Salade de Fruits de saison	Fruit Frais	Beurre et /ou confiture ou miel	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C
	Fruit Frais	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C				Fruits secs	
DÉJEUNER	03086 Salade de chou rouge	05353 Salade de haricots verts BIO	02488 Salade de céleri à la Liveche	08720 Salade piemontaise aux œufs	CRUDITÉ AVEC FROMAGE > 150mg de calcium par portion	02489 Champignons à la Grecque	02272 Pâté en croûte
	08319 Pilon de poulet aux herbes	03797 Lasagne bolognaise BIO	08023 Filet de colin d'Alaska meunière	02819 Sauté de porc au curry	02805 Marengo de veau	00173 Filet de Saint Pierre au beurre d'orange	02611 Sauté de canard aux oignons
	00278 Petits pois et jeunes carottes		00273 Printanière de légumes	08681 Semoule de choux-fleur	07741 Pennes au beurre	03239 Poêlée camarguaise	18216 Mousseline d'asperges et parmesan
	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER BIO >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	18053 Eclair au café	FRUIT CRU BIO	07916 Poire au sirop à la chantilly	FRUIT CRU	03839 Ananas extrasweet	FRUIT CRU	07350 Tarte aux noix
DINER	00216 Soupe de poisson	05933 Soupe poireaux 01843 Pommes de terre	03454 Jambon grill fumé	18905 Feuilleté poulet poireau	03888 Dos de colin d'Alaska à l'estragon	07277 Crème de haricots blancs	13065 Samoussa de bœuf
	10174 Crêpe géante à l'emmental	08676 Paupiette de dinde bleu blanc cœur		SALADE VERTE		00374 Rôti de porc au jus	
	SALADE VERTE	02688 Poêlée campagnarde	05992 Purée de patate douce	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	05370 Blettes braisées	04041 Brocolis persillés	SALADE VERTE
	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	07243 Suprême de pamplemousse	00459 Mousse de fraises au fromage blanc maison	FRUIT CRU	00460 Banane au chocolat	08583 Tarte aux fruits de la passion	07798 Faiselle au coulis de fruits rouges	05032 Salade de fruits de saison

Produits en promo ce mois-ci

Produits Qualigel

Féculents, pain, légumes secs, céréales

Viandes, produits de la mer, oeufs

Fruits et légumes

Produits sucrés

Graisses ajoutées

Produits laitiers

Boissons / hydratation

À télécharger sur www.ds-restauration.com

PLANNING NUTRITIONNEL PERSONNES ÂGÉES EN INSTITUTION OU EN STRUCTURE DE SOINS

Semaine 3

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT DÉJEUNER	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau ou soupe	Café, thé, chocolat ou eau
	Biscottes	02087 Beignet aux pommes	15243 Brioche parisienne pur beurre	18123 Pain pérene multicéréales	Corn flakes	18620 Petit pain long	11824 Pain aux raisins pur beurre PAC
	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion
	Beurre et/ou confiture ou miel	Beurre et/ou confiture ou miel	Orange pressée	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C	Fruit Frais	Beurre et/ou confiture ou miel	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C
	Fruit Frais	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C				Fruits secs	
DÉJEUNER	02919 Carottes râpées vinaigrette	10835 Nems de poulet	02766 Méli-mélo aux 5 légumes	00283 Pizza royale	08718 Taboulé au poulet rôti	02672 Salade verte aux lardons	03614 Spécialité marine saumon jardinière
	08009 Brandade de morue à l'huile d'olive	03387 Emincé de porc mariné au miel	08027 Cordon bleu	00015 Bourguignon de noix de joue bœuf à l'ancienne	02054 Cœur de filet de merlu sauce citronnée	00501 Poulet aux épices	05492 Cuisse de lapin à la moutarde
	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	FROMAGE >150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	FRUIT CRU	03718 Salade de fruits exotique	02655 Flan	07244 Suprême d'orange	FRUIT CRU	03397 Crème brûlée	03475 Pavé coco cacao
DINER	02129 Crème de lentilles	13112 Crabe farci	03647 Noix de jambon marinée au miel et à l'orange	01209 Chausson de volaille à la bolognaise	01195 Paupiette de veau à la forestière	TAPIOCA	08471 Mini-donuts de poulet pané
	08517 Filet de poulet façon tajine	03971 Poêlée asiatique Express	01522 Gratin de courgettes et pommes de terre	SALADE VERTE	03820 Tagliatelles au beurre	00640 Brochette de poisson sauce tomate aux capres	SALADE VERTE
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE >150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion
	03636 Cubes de mangue	00451 Semoule au lait au caramel	FRUIT CRU	08236 00467 Compote de pommes griottes maison	07798 Blanc manger au coulis de fruits rouges	FRUIT CRU	03203 Brunoise de fruits

Produits en promo ce mois-ci

Produits Qualigel

Féculents, pain, légumes secs, céréales

Viandes, produits de la mer, oeufs

Fruits et légumes

Produits sucrés

Graisses ajoutées

Produits laitiers

Boissons / hydratation

À télécharger sur www.ds-restauration.com

PLANNING NUTRITIONNEL PERSONNES ÂGÉES EN INSTITUTION OU EN STRUCTURE DE SOINS

Semaine 4

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT DÉJEUNER	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau	Café, thé, chocolat ou eau ou soupe	Café, thé, chocolat ou eau
	Biscottes	18725 Petit pain Bleu blanc Cœur	17364 Briochette à tête pur beurre	17171 Mini crêpe moelleuse sucrée	10101 Gaufre de Bruxelles	18620 Petit pain long	15243 Brioches parisiennes pur beurre
	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion
	Beurre et/ou confiture ou miel	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C	Orange pressée	Beurre et/ou confiture ou miel	Fruit Frais	Fruits secs	Jus de fruit 100% pur jus et à teneur garantie en vitamine C
	Fruit Frais			05032 Salade de Fruits de saison			
DÉJEUNER	10098 Champignons aux fines herbes	02490 Salade Coleslaw	02491 Salade strasbourgeoise	02116 Concombre à la crème	00231 Fleurette de choux fleur vinaigrette	05441 Salade Marco Polo	03103 Terrine d'avocat au crabe
	05007 Paleron de bœuf braisé	05646 Aiguillettes de poulet enrobage cornflakes	07463 Pavé de saumon à l'oseille	17454 Galette bretonne complète maison	07796 Rôti de dinde au jus	02664 Steak haché façon bouchère	01287 Sauté de kangourou à la bière
	02129 Lentilles à la paysanne Minute	08584 Gratin de potiron, pommes de terre et carottes au mascarpone	07884 Epinard haché à la crème	SALADE VERTE	03238 Gnocchi de pommes de terre	05935 Purée de carottes	17383 Mini gratin de pommes de terre aux giroles
	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	01390 Ile Flottante	03636 Cubes de mangue	FRUIT CRU	13705 Crêpe chocolat noisette	FRUIT CRU	FRUIT CRU	07711 Cheesecake aux mandarines
DINER	potage aux vermicelles	02112 Spaghetti bolognaise maison	07557 Emincé de poulet à la Thai	00216 Soupe de poisson	07550 Chunk de colin d'Alaska	05337 Knack	03728 Tarte bande poulet méli mélo de légumes
	00423 Filet de merlu blanc au citron			10178 Crêpe Géante aux champignons			
	02886 Trio de légumes Minute		03982 Riz aux petits légumes	00248 Salsifis gratinés	01113 Macédoine de légumes Minute	01865 Poêlée de haricots blancs Minute	SALADE VERTE
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion
	FRUIT CRU	07916 Abricots au sirop aux amandes et chantilly	07222 Panna Cotta à la vanille	FRUIT CRU	07849 Salade de fruits Acapulco	03839 Ananas extrasweet	FRUIT CRU

Produits en promo ce mois-ci

Produits Qualigel

Féculents, pain, légumes secs, céréales

Viandes, produits de la mer, oeufs

Fruits et légumes

Produits sucrés

Graisses ajoutées

Produits laitiers

Boissons / hydratation

À télécharger sur www.ds-restauration.com