

PLANNING NUTRITIONNEL PERSONNES ÂGÉES EN INSTITUTION OU EN STRUCTURE DE SOINS

Semaine 1

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	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 pérène multigrainés	18725 Petit pain Bleu blanc Cœur	18442 Cookie nature aux pépites de chocolat noir	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	03086 Salade de chou rouge	01071 Poireaux mimosa	02912 Salade de lentilles à la paysanne	03196 Salade duo de crudités	02547 Rosette de Lyon	02918 Salade de chou jambon comté	03613 Terrine trois légumes
	07997 Croq végétal au fromage cuit	03560 Osso bucco de veau	03711 Sauté de volaille fermière	08248 Tartiflette	02229 Dos de colin sauce échalottes	02788 Steak haché pur bœuf	00367 Manchon de canard à l'orange
	00278 Petits pois et jeunes carottes	08287 Poêlée de quinoa aux légumes	01130 Haricots beurre persillés	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	00931 Printanière de légumes	08605 Pommes de terre rôti	07331 Gratin de macaroni au cheddar
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	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
	07849 Salade de fruits Acapulco	FRUIT CRU	00497 Fromage blanc au coulis de fruits exotiques	03631 Tarte aux myrtilles	FRUIT CRU	FRUIT CRU	07255 La tropézienne
DINER	00644 05638 Œuf brouillé piperade	03729 Flammekueche gratinée	03995 Brochette de poisson meunière	02801 Roti de veau orloff	05933 Soupe poireaux 01843 Pommes de terre	01868 Feuilleté bande jambon emmental	ALPHABET
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	SALADE VERTE	05278 Purée de vitelotte	00623 Endives braisées	08732 Cordon bleu filet de poulet «l'authentique»	SALADE VERTE	00911 Chou farci
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	71720 Brocolis persillés	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	10101 Gaufre de Bruxelles	03839 Ananas Extrasweet	FRUIT CRU	00460 Riz au lait au chocolat	07222 Panna cotta à la vanille	07244 Suprêmes d'orange	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	VENDREDI	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 Beignet aux pommes	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	02426 Salade d'endives aux dés de jambon	11035 Œuf dur mayonnaise	02919 Carottes râpées vinaigrette	00160 Mousse de céleri au fromage frais	02489 Champignons à la Grecque	02920 Riz Niçois au thon	03622 Terrine de saumon fumé
	00049 Sauté de dinde façon tandoori	01646 Médailon de merlu blanc sauce curry	02758 Paupiette de veau en cocotte	05714 Jambon cuit sauce Madère	03472 Moules marinière	00031 07197 Pot au feu de joue de bœuf	00473 Poulet rôti au jus
	01852 Riz aux petites légumes	00816 Cordiale vitale Minute	07318 Trio de choux fleurettes	02129 Poêlée de lentilles cuisinée à la paysanne Minute	00081 Frites		08134 Purée de panais pommes de terre Express
	FROMAGE >100mg et <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	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion
	01390 00202 Île Flottante	FRUIT CRU	01188 Tarte au chocolat	FRUIT CRU	03636 Cubes de mangues	FRUIT CRU	07432 Bande agrumes mandarine nougat
DINER	02129 Crème de lentilles	00955 Soupe de légumes	02890 Filet de poulet grillé	08045 Tarte bande poireaux	01858 Courgette farcie	02816 05123 Escalope de porc à l'estragon	00216 Soupe de poisson
	03793 Gourmet d'Alaska pané	08749 01843 Hachis Parmentier Maison	03238 Gnocchi de pomme de terre	SALADE VERTE			17292 Feuilleté fromage de chèvre
	05400 Carottes persillées	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	POLENTA	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
	FRUIT CRU	00495 Faiselle au coulis de framboise	FRUIT CRU	05032 Salade de fruits de saison	17356 Maxi éclair à la vanille	16690 Coupe pêche melba	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 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	11590 Donut sucré	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	02490 Salade Coleslaw	02879 Pâté de campagne	02247 Betteraves à la moutarde ancienne	05059 Choux fleur vinaigrette BIO	CRUDITÉ AVEC FROMAGE >150mg de calcium par portion	07549 Lentilles corail à la marocaine	07888 Rillettes de poulet rôti
	02636 Langue de bœuf sauce moutarde	00220 Filet de julienne au citron	03473 Haché de poulet gratiné	05965 Bœuf bourguignon VBF BIO	03407 Pavé de poisson blanc à la Bordelaise	07270 Cuisse de canette confite	08334 Noix de joué de porc confite
	08722 Mélange de 5 céréales et lentilles du Berry	03967 Haricots plats persillés	00252 Moquettes de Vendée	08933 Pomme de terre quartier BIO	07741 Pennes	00913 Emincé de chou vert à la crème	05234 Poêlée de patate douce au paprika
	FROMAGE >100mg et <150mg de calcium par portion	FROMAGE >150mg de calcium par portion	FROMAGE >150mg de calcium par portion	FROMAGE BIO >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
	03397 Crème brûlée bourbon	08029 Tarte aux poires Bourdaloue	FRUIT CRU	FRUIT CRU BIO	02880 Pomme cuite à la vanille	FRUIT CRU	07572 Tarte citron meringuée
DINER	00243 Crème de châtaigne	08581 Crunchy de poulet	TAPIOCA	15489 01999 00644 03777 Quiche au jambon maison	11035 Œuf dur sauce Mornay	07738 02527 Filet d'églefin au tartare de tomate	15847 Tourte feuilletée poulet poireaux
	04053 Palette de porc à la provençale	01935 Purée de petits pois	00847 Moussaka	SALADE VERTE	00482 Gratin de poireaux	03239 Poêlée carmarguaise	SALADE VERTE
	03973 Poêlée méridionale Express	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 >100mg calcium laitier <5g lipide /portion
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	FRUIT CRU	03203 Brunoise de fruits	00467 Fromage blanc au griottes	00498 Semoule au lait sur lit de fraise	02299 Salade de fruits exotique	FRUIT CRU
	07243 Suprêmes de pamplemousse						

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	17032 Bugnes brochées de carnaval	17364 Briochette à tête pur beurre	18725 Petit pain BBC	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	03896 Champignons aux fines herbes	02116 Concombres à la crème	11392 Croisillon Dubarry	03738 Méli-Mélo aux 5 légumes	05452 Taboulé Libanais	02121 Salade verte au chèvre chaud	03593 Terrine aux 2 poissons
	07728 Saucisse de Toulouse aux cèpes	07631 00154 Emincé de veau aux champignons	00644 Omelette maison	05813 Cannelloni à la bolognaise	01527 Filet de hoki sauce vierge	00004 Côte de porc au jus	00799 Cuisse de poule confite façon poule au pot
	05544 Aligot de l'Aubrac	07827 Poêlée de campagnarde	00282 Courgettes sautées		00483 Epinards béchamel	03820 Tagliatelles	17528 Mini-gratin de légumes printaniers
	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
	03839 Ananas Extrasweet	18726 Donuts fourré chocolat	FRUIT CRU	03632 Faiselle aux fruits rouges	FRUIT CRU	FRUIT CRU	03147 Bande forêt noire
DINER	ALPHABET	15842 Maxi croque monsieur	03981 Potage de légumes	00302 02766 Jambon roulé à la Russe	01209 Chausson de volaille à la bolognaise	02102 Boules d'agneau au jus	01906 Tarte bande tartiflette
	08520 Filet de merlu du cap meunière		00356 Pappardelle de lapin aux petits légumes		SALADE VERTE	08584 Gratin de potiron, pommes de terre et carottes au mascarpone	SALADE VERTE
	03973 Trio de légumes Minute	SALADE VERTE	03982 Riz aux petits légumes	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
	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	PRODUIT LAITIER >100mg calcium laitier <5g lipide /portion	FROMAGE > 150mg de calcium par portion	05647 Tarte pomme campagnarde	00460 Poire au chocolat et amandes grillées	03636 Cubes de mangues	FRUIT CRU
	FRUIT CRU	07849 Salade de fruits Acapulco	00644 00451 Crème au caramel maison				

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