

VALEURS NUTRITIONNELLES PAR ASSIETTES ET PAR PERSONNES

Menu 1 : Vegan Artisanal

Description	Valeurs nutritionnelles kcal/personne
Salade de pâtes aux courgettes rôties et toma	174,0895
Salade de pommes de terre, haricots verts et j	27,17
Invisible à la courgette	121,746
Caviar d'aubergines	53,114
Clafouti aux prunes	156,24
Fruits frais de saison	4,229333333
Pain	220,8
Total	757,38

Menu 1 : Végétarien Artisanal

Description	Valeurs nutritionnelles kcal/personne
Flan de champignons et tomme et sa chantilly	105,1573333
Houmous au citron confit et légume épicé	91,891
Salade de tagliatelle de légumes de saison, vir	75,86533333
Salade de pomme de terre, olives, oeufs molle	48,18
Fromage blanc, miel et noix	119,31
Salade de fruits à la verveine	113,7133333
Pain	220,8
Total	774,917

Menu 3 : végétarien industrialisé

Description	Valeurs nutritionnelles kcal/personne
Salade César, avec des nuggets végétariens	116,5
Chili végétarien	244
Hachis végétarien	307,3
Desserts	183,1
Pain	223,2
Total avec plat chili	767
Total avec plat hachis	830
Moyenne	798,5

Menu 4 : Végétarien industrialisé

Description	Valeurs nutritionnelles kcal/personne
Quinoa Mexicain	112
Gnocchis aux épinards	225,4
Lasagnes végétariennes	255,6
Desserts	220,3
Pain	223,2

Total avec plat gnocchis	781
Total avec plat lasagne	811
Moyenne	796

Menu 5 : Traditionnel (avec viande) industrialisé	
Description	Valeurs nutritionnelles kcal/personne
Salade César traditionnel (avec du poulet)	124,4
Chili con carne	269,7
Hachis parmentier	268,6
Desserts	183,1
Pain	223,2
Total avec plat chili	800
Total avec plat hachis	799
Moyenne	799,5