

Fiche
N°1

PACK DE 5 FICHES
VÉGÉTARIENNES
RESTAURATION
COLLECTIVE

CURRY DE POIS CHICHES



BASE
100
CONVIVES



COÛT MATIÈRE
≈ 0,85
PORTION

GRAMMAGES



POIS CHICHES

8 kg



LÉGUMES

10 kg



RIZ COMPLET

12 kg



ATOUTS



Très économique



Bon équilibre protéines végétales



Bonne tenue en liaison chaude



VIGILANCE



Bien assaisonner
(goût = clé acceptation)



Fiche
N°2

PACK DE 5 FICHES
VÉGÉTARIENNES
RESTAURATION
COLLECTIVE

LASAGNES

végétariennes

LENTILLES



BASE
100
CONVIVES



COÛT MATIÈRE
≈ 1,10
PORTION

GRAMMAGES



LENTILLES CUITES

8 kg



LÉGUMES (RATATOUILLE)

10 kg



BÉCHAMEL

7 kg



PÂTES SÈCHES

5 kg



ATOUTS

- ✓ Plat très accepté en scolaire
- ✓ Facile à portionner



VIGILANCE



- Bien structurer les couches (tenue service)

Fiche
N°3

PACK DE 5 FICHES
VÉGÉTARIENNES
RESTAURATION
COLLECTIVE

PARMENTIER

végétal

LENTILLES



BASE
100
CONVIVES



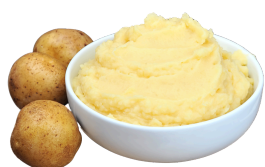
COÛT MATIÈRE
≈ 0,95
PORTION

GRAMMAGES



LENTILLES

5 kg



PURÉE DE POMMES DE TERRE

15 kg



LÉGUMES AROMATIQUES

4 kg



ATOUTS



Plat traditionnel revisité



Excellent taux de consommation



VIGILANCE



Purée suffisamment
onctueuse



Fiche
N°4

PACK DE 5 FICHES
VÉGÉTARIENNES
RESTAURATION
COLLECTIVE

CHILI SIN CARNE



BASE
100
CONVIVES



COÛT MATIÈRE
≈ 0,90
PORTION

GRAMMAGES



HARICOTS ROUGES

8 kg



MAÏS + LÉGUMES

10 kg



RIZ BLANC

6 kg



ATOUTS



Recette connue



Parfait pour menus à thème



VIGILANCE



Bien assaisonner
(goût = clé acceptation)



Fiche
N°5

PACK DE 5 FICHES
VÉGÉTARIENNES
RESTAURATION
COLLECTIVE

NUGGETS DE POIS CHICHES/BOULGOUR



BASE
100
CONVIVES



COÛT MATIÈRE
≈ **1,05**
PORTION

GRAMMAGES



POIS CHICHES

8 kg



BOULGOUR

5 kg



OEUF LIANT

2 kg



PANURE

2 kg



ATOUTS

- ✓ Format ludique, très apprécié
- ✓ Idéal maternelle/primaire



VIGILANCE

- Bonne tenue friture/four
- Ne pas trop sécher

