

FORMULE MIDI

Base du menu	Composition	Tarifs TTC individuel	Tarifs TTC couple
base 6 éléments (Menu A ou B)	- 1 potage, - 1 entrée, - 1 plat protidique et son accompagnement ou 1 plat composé, - 1 produit laitier ou fromage, - 1 dessert	11€08	20€34
base 5 éléments (Menu A ou B)	- 1 entrée, - 1 plat protidique et son accompagnement ou 1 plat composé, - 1 produit laitier ou fromage, - 1 dessert	10€70	19€58
base 4 éléments (Menu C)	- 1 potage, - 1 plat protidique et son accompagnement ou 1 plat composé, - 1 dessert	10€32	18€82

FORMULE MIDI et SOIR

Base du menu	Composition	Tarifs TTC individuel	Tarifs TTC couple
MIDI - base 5 éléments (Menu A ou B)	- 1 entrée, - 1 plat protidique et son accompagnement ou 1 plat composé, - 1 produit laitier ou fromage, - 1 dessert	16€50	30€26
SOIR - base 4 éléments (Menu C)	- 1 potage, - 1 plat protidique et son accompagnement ou 1 plat composé, - 1 dessert		

COMPLEMENTS

Complément - Tarifs TTC à l'unité	
grand LAITAGE (300g)	1€35
petit LAITAGE (100g)	0€60
PAIN	1€45

Possibilité de menus déclinés en alimentation adaptée (pauvre en sucre, pauvre en sel, pauvre en sel et sucre - limité en graisse) et mixée (détails en page suivante)

Alimentation adaptée (pauvre en sucre, pauvre en sel, pauvre en sel et sucre - limité en graisse) et mixée

PAUVRE EN SEL :

un apport en sel de 5g par jour.

- Apport contrôlé en sel dans les plats cuisinés,
- Suppression des aliments naturellement salés,
- Suppression des aliments salés industriellement

PAUVRE EN SUCRE :

Une alimentation équilibrée avec un taux de glucides maîtrisé

- Les laitages et desserts sont contrôlés en sucre ou sans sucre ajouté,
- Une portion de féculents à chaque repas,
- Fréquences des produits « gras » contrôlés.

LIMITE EN GRAISSE :

Contrôler les taux de lipides sanguins et réduire les risques de maladies cardio-vasculaires. Il est indiqué en prévention de l'athérosclérose et en présence d'hypertension ou de diabète.

CONFORT DIGESTIF :

Une alimentation adaptée est pauvre en fibre qui a pour but de soulager les intestins avec :

- L'apport d'aliment digeste
- La suppression de : légumes crus et certains fruits crus, matières grasses cuites, fromage fermenté, épice agressive ou irritante,

MIXE :

Le menu classique est décliné en repas à texture mixée. De l'entrée au dessert, les apports nutritionnels et plaisirs gustatifs des repas sont inchangés.

- La convivialité est aussi assurée car vous dégusterez des recettes variées.
- Conseil de service : Les aliments sont mixés et présentés séparément les uns des autres (le mélange global de tous les aliments est prohibé).

FACILE À MANGER :

Pour les personnes rencontrant des problèmes de mastication ou d'une dépendance ponctuelle à la mobilité.

- la possibilité de conserver de l'autonomie au moment du repas sans faire intervenir un tiers pour couper.
- Des plats traditionnels « fondants » pouvant être consommés juste à la fourchette,