

Vit' Equilibre

RESTAURANT DIETETIQUE DES THERMES ET DU SPA

MENU

Déjeuner

Diner

LUNDI

14 septembre

Champignons à la grecque
Filet de poisson aux courgettes
Samoussa pomme cannelle

Fonds d'artichauts au fromage frais
Escalope de veau à la moutarde
Purée de carottes et patate douces
Poire farcie aux amandes

MARDI

15 septembre

Assortiment de crudités
Emincé de dinde et poêlée
d'épeautre champignons
carottes
Salade de fruits frais

Salade de pâtes aux cœurs
d'artichauts
Crevettes sautées aux brocolis
Fromage blanc coulis de fruits
rouges

MERCREDI

16 septembre

Betteraves rouges à la fête
Paella légère
Aspic de fruits

Velouté de courgette au thym et à l'ail
Bowl végétarien (pois chiches,
quinoa, tomates, avocat, tomates
cerises, sauce fromage blanc)
Fruits de saison

JEUDI

17 septembre

Taboulé de quinoa
Cuisse de lapin au four
Purée de céleri
Compote de pomme

Velouté de potiron au curry
Grande salade vosgienne
Smoothie kiwi mangue gingembre

VENDREDI

18 septembre

Tartare tomate avocat
Filet de poisson et poêlée
d'aubergines à l'ail
Pain et fromage
Fruits de saison

Salade de haricots verts
Curry de chou-fleur aux lentilles
corail
Gâteau aux pommes

SAMEDI

19 septembre

Salade de concombres
Blanquette de la mer aux
légumes et riz complet
Papillote de fruits au miel

Oeuf mimosa
Poivrons farcis quinoa bacon
Poires et figues aux noisettes sur lit
de fromage blanc

DIMANCHE

20 septembre

Salade de carottes râpées à
l'orange et aux raisins
Tajine de poulet aux légumes et
semoule
Crème chocolat

Salade verte
Gratin de blé et blettes à la tomate et
au chèvre
Fruits de saison