



Menus de la semaine no 09 du 01- 03 au 05- 03 -2021

Tous les plats écrits en bleu sont faits maison et préparés par nos cuisiniers professionnels, à Crissier

Lundi 01 menu végétarien

Duo concombre et maïs

Cuorelli ratatouille et crème aux herbes, fromage râpé

Corbeille de fruits frais

Mardi 02 menu Chinois

Salade de choux chinois et rouleaux de printemps

Émincé de poulet (CH) aux légumes et épices chinoises, riz

Yaourt vanille

Mercredi 03

Soupe aux perles du Japon

Filet de colin (MSC Pac Nord) à l'Italienne, pommes rissolées et épinards

Salade de fruits

Jedi 04

Méli-mélo de salade verte

Bœuf (CH) haché en sauce, jardinière de légumes, pasta

Crème aux graines de chia et lait de coco coulis de fruits rouges

Vendredi 05

Crème de légumes

Hot dog (volaille CH) salade verte et carotte du pays

Corbeille de fruits frais

Information allergie

Lundi = gluten lactose Mardi = lactose gluten

Mercredi = lactose Jeudi = lactose gluten

Vendredi = lactose gluten

Pour bien respecter les critères de la pyramide alimentaire, nos menus sont composés au quotidien de la façon suivante : crudités (salade ou fruit), féculents, légumes, produits laitiers, protéines.



Le thème de l'alimentation est toujours plus présent dans l'enseignement. Si l'école et les garderies amènent facilement des messages théoriques, l'acquisition d'habitudes alimentaires pendant l'enfance passe surtout par l'expérience pratique.

Ainsi Croq-Midi est un partenaire qui s'implique dans toute démarche de l'alimentation équilibrée

Visitez notre site internet www.croq-midi.ch

Et apprenez à cuisiner avec nos vidéos

Instagram et Facebook