



Menus de la semaine no 04 du 25- 01 au 29- 01 -2021

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

Lundi 25

Méli-mélo de salade verte

Filet de colin d'Alaska (MSC) à l'Italienne, riz et haricots verts

Yaourt Suisse aux fruits

Mardi 26

Salade de maïs et choux Chinois

Saucisse de volaille (CH) purée de pomme de terre, petits pois carotte (local)

Gâteau Basque

Mercredi 27

Velouté de légumes

Aiguillettes de poulet (HG) sauce pain d'épices, quinoa bio, jardinière de légumes

Corbeille de fruits frais

Jeudi 28 menu végétarien

Salade Caesar (verte, œuf dur, croutons)

Tortellinis ricotta épinards, crème de tomate et fromage râpé

Compote de pomme sans sucre (local)

Vendredi 29

Salade de carotte (local)

Bœuf haché (CH) en sauce, polenta moelleuse et romanesco

Corbeille de fruits frais

Information allergie

Lundi = lactose

Mardi = lactose gluten

Mercredi = lactose

Jeudi = gluten lactose

Vendredi = lactose

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