



Menus de la semaine no 42 du 12- 10 au 16- 10 -2020

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

Lundi 12

Salade de carotte du pays

Chili con carn pur bœuf (CH) riz pilaf

Crème soyeuse au lait de coco, graines de chia et mangue

Mardi 13

Salade verte et Russe

Emincé de poulet (CH) à la crème de marron, pasta et choux de
Bruxelles

Yaourt aux fruits

Mercredi 14

Soupe aux lettres

Boulettes d'agneau à la coriandre (CH) orge tomaté et petit pois
carotte

Corbeille de fruits frais

Jeudi 15

Salade verte et maïs

Lasagnes au quorn (CH) et légumes, gratinées au fromage

Corbeille de fruits frais

Vendredi 16 menu végétarien

Soupe de légumes

Filet de truite (FR) au basilic, purée de patate douce, brocolis

Croq-choco mystère

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