



Menus de la semaine no 45 du 02- 11 au 06- 11 -2020

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

Lundi 02

Tartare de concombre et maïs

Emincé de porc (CH) aigre doux et ses légumes asiatiques, riz

Yaourt aux fruits

Mardi 03 menu végétarien et journée du lait

Méli-mélo de salade verte

Cannellonis à la ricotta et épinards, gratiné au fromage

Banane et verre de lait

Mercredi 04

Velouté de carotte au lait de coco

Filet de poulet (HG) à l'estragon purée pomme de terre et
légumes

Corbeille de fruits frais

Jeudi 05

Duo de carotte et céleri du pays

Pasta au thon et tomate, fromage râpé

Compote de pomme sans sucre

Vendredi 06

Soupe aux lettres

Saucisse rôtie (CH) boulgour et petits pois carotte

Corbeille de fruits frais

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