



Menus de la semaine no 04 du 24-01 au 28-01-2022

Tous les plats écrits **en bleu** sont faits maison et préparés par nos cuisiniers

Lundi 24 menu végétarien

Salade verte et russe

Cannellonis ricotta épinards gratiné au fromage (L) (G)

Corbeille de fruits frais

Mardi 25

Méli-mélo de Salade verte

Poulet (CH) à la camerounaise et ses légumes, ébli (G)

Yaourt aux fruits (L)

Mercredi 26

Velouté de carottes et lentilles roses

Filet de lieu noir (atl N)sauce ciboulette (L) fenouil et pomme vapeur

Corbeille de fruits frais

Jeudi 27

Salade de carottes à l'aneth (local)

Pasta carbonara (porc CH) et fromage râpé (GL)

Madeleine (GL)

Vendredi 28 menu végétarien

Salade de haricots plats et céleri

Chili con quorn et ses légumes, haricots rouge riz pilaf

Compote de pomme sans sucre (local)

Informations allergies : (G) = gluten

(L) = 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