



Menus de la semaine no 19 du 09-05 au 13-05-2022

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

Lundi 09

Velouté de légumes (local)

Beignets de cabillaud au four (MSC) (LG) ébli (G) à la tomate, haricots plats et carotte

Corbeille de fruits frais

Mardi 10 menu végétarien

Salade mixte (verte, carotte, concombre)

Raviolis aux asperges (L G) sauce au safran et fromage râpé(L)

Yaourt aux fruits (L)

Mercredi 11

Méli-mélo de salade verte

Risotto au jambon (porc CH)(L) fromage râpé (L) courgettes aux herbes

Madeleine au beurre (GL)

Jeudi 12

Soupe aux lettres (G)

Steak haché pur bœuf (CH) pasta (G) jardinière de légumes

Corbeille de fruits frais

Vendredi 13

Salade verte et tomate

(Nouveau) Emincé de poulet (CH) à la stroganoff (paprika, maïs, poivrons) (L)

Riz pilaf

Cake au citron (GL)

Pour information depuis janvier 2022 notre label fourchette verte implique deux menus végétariens par semaine ceci pour des raisons d'équilibre alimentaire et également d'écologie et de durabilité, en limitant la production de viande.

Notre label Ecocook (durabilité en restauration) quatre feuilles nous incite également à limiter surtout la viande de bœuf et de poulet (Voir notre charte Ecocook sur notre site internet)

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