



Menus de la semaine no 20 du 16-05 au 20-05-2022

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

Lundi 16

Méli-mélo de salade verte

Émincé de porc (CH) au romarin, quinoa bio et symphonie de légumes

Yaourt vanille (L)

Mardi 17

Tartare de concombre et maïs tzatziki (L)

(Nouveau) Saucisse à rôtir de volaille (CH) pasta (G) et brocolis

Corbeille de fruits frais

Mercredi 18 menu végétarien

Salade de carotte (local) à la Tunisienne (olives et cumin)

(Nouveau) crumble de quorn et légumes, gratiné au fromage et farine de pois chiche(L) pomme de terre écrasée à l'huile d'olive

Crêpe et confitures (GL)

Jeudi 19

Velouté de lentilles rose, carotte et lait de coco

Filet de lieu d'Alaska au four (MSC PAC NE) (G) au corn flakes, riz pilaf et ratatouille

Corbeille de fruits frais

Vendredi 20 menu végétarien

Duo de tomate et salade verte

(Nouveau) Pasta (G) à la carbonara (L) de carotte (local) fromage râpé (L)

Salade de fruits

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