****

**Menus de la semaine no 21 du 23-05 au 25-05-2022**

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

**Lundi 23**

Salade de tomate et mozzarella(L) au basilic

Bâtonnet de colin d’Alaska (MSC PAC N E) (G) au four riz et épinards (L)

Éclair au chocolat (GL) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Mardi 24 menu végétarien**

Duo de carotte du pays et maïs

Pasta(G) à la napolitaine et fromage râpé (L)

 Yaourt aux fruits (L)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Mercredi 25**

Velouté de légumes

(Nouveau) Roti de porc (CH) sauce pruneaux pommes boulangère et duo de haricots

Corbeille de fruits frais \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Jeudi 26**

Férié

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Vendredi 27**

Fermé

**Informations allergies : (G) = gluten (L) = lactose **

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](http://www.croq-midi.ch)

Et apprenez à cuisiner avec nos vidéos

Instagram et Facebook