



Menus de la semaine no 25 du 20-06 au 24-06-2022

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

Lundi 20 menu végétarien

Méli-mélo de salade verte

(Nouveau) Escalope végétarienne aux céréales (G) riz et ratatouille

Yaourt aux fruits (L)

Mardi 21

Tranche de pastèque

Pasta (G) bolo-thon et fromage râpé (L)

Corbeille de fruits frais

Mercredi 22

Salade de concombre et maïs

Bœuf (CH) aux carottes du pays, pomme purée (L)

Cake banane et pépite de chocolat (GL)

Jeudi 23

Velouté de tomate glacé au basilic

Roti haché (porc CH) ébli (G) et duo brocolis choux fleur

Corbeille de fruits frais

Vendredi 24 menu végétarien

Salade de tomate et mozzarella (L)

Omelette nature, pasta (G) (épinards) (L)

Mousse au chocolat au lait(L)

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