



## Menus de la semaine no27 du 04-07 au 08-08-2022

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

### Lundi 04

Tartare de concombre tzatziki (L)

Filet de colin (MSC) (ATL N) (L) à l'italienne, riz et petits pois carotte

Galette de riz et confiture

---

### Mardi 05 menu végétarien

Tranche de pastèque

Pasta intégrale (G) à la Napolitaine et fromage râpé (L)

Cake maison (GL)

---

### Mercredi 06

Salade de tomate et mozzarella (L) au basilic

Saucisse de volaille (CH) (L) purée de pomme de terre (L) et légumes grillés

Corbeille de fruits frais

---

### Jeudi 07 menu végétarien

Velouté de courgette glacé au curry léger (L)

Crispy tofu (G) boulgour à la tomate et brocolis

Yaourt nature (L)

---

### Vendredi 08

Duo de salade verte et melon

Lasagnes pur bœuf (CH) (GL) gratinées au fromage (L)

Corbeille de fruits frais

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**