



Menus de la semaine no 29 du 18-07 au 22-07-2022

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

Lundi 18 menu végétarien

Salade de concombre et féta à l'orange

(Nouveau) Parmigianna aux légumes (aubergine, courgette, tomate), gratinée au fromage (L)
ebli (G)

Corbeille de fruits frais

Mardi 19

Méli-mélo de salade verte

Poulet (CH) à la camerounaise et banane séchée, riz pilaf

Crème brûlée (L)

Mercredi 20

Salade de tomate (local) huile d'olive et balsamique

Escalope de dinde (HG) panée maison(G) pommes rissolées et carotte (local)

Compote pomme abricot sans sucre (local)

Jeudi 21

Salade de haricots verts persillé

Pasta au thon (PAC Sud) et tomate fromage râpé (L)

Corbeille de fruits frais

Vendredi 22 menu estivale froid

Gaspacho Andalous

(Nouveau) Salade de taboulé aux légumes et cervelas (Porc CH)(G)

Flan au chocolat (L)

Informations allergies : (G) = gluten

(L) = lactose



La 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