



## Menus de la semaine no 32 du 08-08 au 12-08-2022

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

### Lundi 08 menu végétarien

Duo de carotte (local)

Cannellonis ricotta épinards (GL) gratinés au fromage fromage râpé (L)

Corbeille de fruits frais

---

### Mardi 09

Salade de tomate et mozzarella au basilic (L)

Aiguillettes de poulet (CH) à l'aigre doux, riz pilaf, duo brocolis choux fleurs

Galette de maïs et confiture

---

### Mercredi 10

Salade mêlée (verte, maïs, concombre)

Pojarski de veau et volaille (CH) pasta(G) et carotte du pays (local)

Compote pomme pêche sans sucre

---

### Jeudi 11 menu végétarien

Duo de melon et pastèque

Émincé de soja au curry coco et courgette (L) quinoa bio

Cake au citron imbibé (GL)

---

### Vendredi 12

Méli-mélo de salade verte

Filet de colin (MSC ATL N) au corn flakes(LG) pommes vapeur et ratatouille

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

Et apprenez à cuisiner avec nos vidéos

Instagram et Facebook