



Menus de la semaine no 04 du -23- 01 au 27-01-2023

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

Lundi 23 menu végétarien

Velouté de courge (L)

Boulettes de soja et froment (G) boulgour (G) ratatouille

Corbeille de fruits frais

Mardi 24 menu de l'indépendance Vaudoise

Salade verte et carotte (local)

Saucisse aux choux (porc CH) et papet vaudois(L)

Pomme de Crissier

Mercredi 25

Méli-mélo de salade verte

(Nouveau) risotto au saumon (NVG) (L) brocolis

Jus de pomme de Crissier et boudoirs (G)

Jeudi 26

Consommé aux petits légumes

Rôti haché de boeuf (CH) riz et petit pois carotte (local)

(Nouveau) Cake au cacao (G)

Vendredi 27 menu végétarien

Salade verte et macédoine de légumes

Pasta(G) sauce napolitaine, fromage râpé (L)

Yaourt aux fruits (L)

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