



Menus de la semaine no 13 du -27 au 31-03-2023

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

Lundi 27

(Nouveau) salade de courge et carotte (local) sauce curry

Boulettes de volaille (CH) à la Basquaise, semoule (G)

Yaourt au miel (L)

Mardi 28 menu végétarien

Consommé aux petits légumes

Chili végétarien au soja, légumes et haricots rouge, riz pilaf

Corbeille de fruits frais

Mercredi 29

Salade coleslaw rouge

Hachis Parmentier de bœuf et agneau (L) (CH) gratiné au fromage (L),

Corbeille de fruits frais

Jeudi 30

(Nouveau) Soupe de légumes verts au Philadelphia (L)

(Nouveau) Queue de limande jaune pané (G) (ATL N pêche durable) Polenta tomatée (L)

Légumes racine (carotte, panais, pomme de terre douce, navet)

Madeleine au chocolat (GL)

Vendredi 31 menu végétarien

Salade Caesar (verte, croutons (G), œuf dur)

Raviolis ratatouille (G) crème de tomate et fromage râpé (L)

Jus de pomme de Crissier (local) et biscuit (GL)

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