



## Menus de la semaine no 38 du -19-09 au 22-09-2023

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

### Lundi 18

Férié

---

### Mardi 19

Salade verte et carotte du pays (local) vinaigrette à l'orange  
Raviolis au cerf (EUR)(G) sauce aux airelles (L) fromage râpé (L)  
Jus de pomme de Crissier et biscuit (G)

---

### Mercredi 20

Salade de haricots verts et rouges sauce Mexicaine  
Blanquette(L) de poulet (CH)aux petits légumes riz pilaf  
Corbeille de fruits frais

---

### Jeudi 21 menu végétarien

Velouté de courge (L)  
Cryspi tofu(G) au four, boulgour aux herbes (G) courgettes à la tomate  
Corbeille de fruits frais

---

### Vendredi 22

Salade de tomate et maïs  
Pasta (G) bolo-thon (MSC PAC S) fromage râpé (L)  
Cake maison au chocolat (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](http://www.croq-midi.ch)

Et apprenez à cuisiner avec nos vidéos

Instagram et Facebook