



Menus de la semaine no 50 du -11-12 au 15-12-2023

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

Lundi 11 menu végétarien

Salade Caesar (verte, œuf dur, croutons) (G)
Pasta (G) sauce Napolitaine, fromage râpé (L)
Compote de pomme sans sucre (local)

Mardi 12

Salade verte et carotte (local)
Émincé de porc (CH) à la Stroganoff (L) riz pilaf
Yaourt aux fruits (L)

Mercredi 13 menu végétarien

Salade verte et choux rouge bio (Local)
Batônnets de légumes panés, purée de pomme de terre et céleri, (L) petits pois carotte
Pomme de Crissier (local)

Jeudi 14

Soupe aux lettres (G)
Aiguillettes de colin d'Alaska (ATL NO MSC) aux graines (G) ebli (G) jardinière de légumes
Corbeille de fruits frais

Vendredi 15

(Nouveau) soupe Marocaine Harira (aux légumes et pois chiche)
Tajine de poulet (CH) aux légumes semoule de blé (G)
Corbeille de fruits frais

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