



Menus de la semaine no 13 du -25-03 au 28-03-2024

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

Lundi 25

Méli-mélo de salade verte

Émincé (CH) de poulet curry doux et ananas coco (L) boulgour(G) jardinière de légumes

Yaourt vanille (L)

Mardi 26 menu végétarien

Salade verte et carotte (local)

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

Salade de fruits à la menthe

Mercredi 27

Soupe aux lettres (G)

Filet de lieu (ATL NE MSC) frais sauce aneth (L) riz basmati, romanesco

Corbeille de fruits frais

Jeudi 28 menu des vacances

Salade mixte (verte, tomate, concombre)

Hamburger (G) de bœuf (CH) pomme chips

Surprise de Paques (L)

Vendredi 29

Féricé

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