



## Menus de la semaine no 31 du -29-07 au 02-08-2024

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

### Lundi 29 menu du boucher

Salade de courgette au curry et raisins secs

Saucisse de volaille (CH)(L) boulgour (G) tomate provençale

Compote poire vanille sans sucre

---

### Mardi 30 menu végétarien Viva Espagne

Gaspacho Andalous

Tortilla de pomme de terre, œuf et légumes(poivron)

Corbeille de fruits frais

---

### Mercredi 31 menu du pêcheur

Salade de concombre et féta aux herbes et huile d'olive

Pavé de lieu noir (MSC ATL N) sauce citron (L) riz pilaf, courgette sautée

Yaourt aux fruits (L)

---

### Jeudi 01

Férié

---

### Vendredi 02

Salade verte et carotte du pays (local)

Raviolis au bœuf (CH) (GL) crème de basilic (L) fromage râpé

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](http://www.croq-midi.ch)

Et apprenez à cuisiner avec nos vidéos

Instagram et Facebook