



## AU MENU CETTE SEMAINE : DU 19 AU 22 SEPTEMBRE 2023



|          | Pour faire le plein d'énergie, une collation ~ à 9h00 | Pour se réunir, partager, et découvrir les saveurs et l'équilibre d'un menu sain :<br>Repas à ~ 12h00  | Pour le plaisir : un petit dessert juste après le repas                               | Le souper n'est pas pour tout de suite, nous avons dépensé beaucoup d'énergie et avons une petite faim ...<br>Goûter à ~ 16h00 |
|----------|---|--|---|--|
| LUNDI    | Fruits de saison                                      | <b>FERIE</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fruits</li> <li>• Dessert lacté *</li> </ul> |  |
| MARDI    | Fruits de saison                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carottes rôties</li> <li>• Riz pilaf</li> <li>• Filets de carrelet à l'anglaise</li> </ul>                        |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fruits</li> <li>• Tartines</li> </ul>   |
| MERCREDI | Fruits de saison                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Salade de carottes</li> <li>• Légumes farcis à la feta</li> <li>• Végétarien : kritharaki, tsatsiki</li> </ul>    |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bircher</li> </ul>  |
| JEUDI    | Fruits de saison                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jardinière de légumes</li> <li>• Pommes vapeur</li> <li>• Cabillaud</li> </ul>                                    |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fruits</li> <li>• Crème vanille</li> </ul>  |
| VENDREDI | Fruits de saison                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chou fleur rôti</li> <li>• Gnocchi romaines</li> <li>• Suprême de volailles aux pommes, sauce normande</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fruits</li> <li>• Yogourt nature</li> <li>• Biscuits</li> </ul>                       |



Nos menus sont préparés par notre équipe de cuisiniers du CRN et élaborés (quantité, composition, mode de cuisson, etc...) selon les directives du label « Fourchette Verte des Tout -petits ». Durant la journée, votre enfant pourra à sa guise, disposer d'eau en terme de boisson. Selon la saison, nous pouvons servir des jus de fruits ou de légumes frais, histoire de varier un peu, toute comme les collations qui peuvent être composées de crudités appréciées des enfants. Nous restons à votre disposition pour toute information complémentaire concernant les repas et collations servis à La Case.