



MENUS CRÈCHES



Semaine du 28 octobre au 1^{er} novembre 2024

Les menus sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne ASDD. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

	Menu principal	Végétarien/intolérances
Lundi	<p>Sauté de dinde à la moutarde fribourgeoise Orgeotto crémeux Jardinière de légumes</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : compote de poire et coing</p>	<p><u>Végétarien :</u> Galette de quinoa et haricots rouges</p> <p><u>Intolérances :</u> Risotto</p>
Mardi	<p>Poêlée de gnocchi de pommes de terre* autumnale (Courge, carottes, poireaux, champignons) Salade verte et dés de Gruyère AOP</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : gâteau au yaourt moelleux et fruits secs</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Poêlée de spirales Ø gluten autumnale</p> <p>Goûter : gâteau au yaourt moelleux et fruits secs Ø lactose</p>
Mercredi	<p>Jambon d'épaule caramélisé Jus de viande Ecrasé de pommes de terre de Cormagens Epinards étuvés</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain et Mont Vully</p>	<p><u>Végétarien :</u> Hamburger de tofu Bio</p> <p><u>Ø porc:</u> Jambon de dinde caramélisé</p> <p><u>Intolérances :</u> Goûter : galette de riz ou maïs et Mont Vully</p>
Jeudi	<p>Potage cultivateur Penne alle Cinque pi</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : focaccia aux olives</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Penne alle Cinque pi Ø gluten et lactose</p> <p>Goûter : pain aux olives Ø gluten</p>
Vendredi	Férié	

* L'astérisque signifie qu'un aliment ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison. Nous recourons à du roux et à des bouillons industriels ne correspondant pas aux exigences du Label Fait Maison.



MENUS CRÈCHES



Semaine du 4 au 8 novembre 2024

Les menus sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne ASDD. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

	Menu principal	Végétarien/intolérances
Lundi	<p>Choucroute et haricots verts braisés Saucisson Rosette Moutarde fribourgeoise Pommes de terre natures</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain et emmental AOP</p>	<p>Végétarien : Galette de lentilles</p> <p>Ø porc : Saucisse de volaille</p> <p>Intolérances : Goûter : galette de riz ou maïs et emmental</p>
Mardi	<p>Cuisse de poulet désossée au four Jus de volaille tomate Polenta rôtie Bâtonnets de carottes</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain pita, houmous</p>	<p>Végétarien : Omelette aux fines herbes</p> <p>Intolérances : Polenta rôtie Ø lactose</p> <p>Goûter : pain pita Ø gluten, houmous</p>
Mercredi	<p>Macaroni des Alpes Compote de pommes Salade verte et œuf dur</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : cake au yaourt et citron</p>	<p>Intolérances : Macaroni des Alpes Ø gluten et lactose</p> <p>Goûter : cake Ø gluten et lactose</p>
Jeudi	<p>Rôti haché de veau et bœuf, sauce brune Purée de pommes de terre Courge et rave étuvées</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : barre de céréales, coulis de fruit</p>	<p>Végétarien : Galette de fromage frais et légumes</p> <p>Intolérances : Goûter : galette de riz ou maïs, coulis de fruit</p>
Vendredi	<p>Pizza au pesto de mâche et ricotta (Sauce tomate, mozzarella, olives et oignons) Salade de chou-fleur et ciboulette</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : crème au chocolat</p>	<p>Intolérances : Pizza au pesto de mâche Ø gluten et lactose</p> <p>Goûter : crème au chocolat Ø lactose</p>

* L'astérisque signifie qu'un aliment ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison. Nous recourons à du roux et à des bouillons industriels ne correspondant pas aux exigences du Label Fait Maison.



MENUS CRÈCHES



Semaine du 11 au 15 novembre 2024

Les menus sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne ASDD. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

	Menu principal	Végétarien/intolérances
Lundi	Crème de carotte Omelette aux légumes, pommes de terre et Vacherin AOP Fruit Goûter : latte cotto aux pommes	<u>Intolérances :</u> Goûter : latte cotto Ø lactose aux pommes
Mardi	Filet de cabillaud bordelaise Citron Galettes de millet aux légumes Effilochée d'endives à l'orange Fruit Goûter : bircher	<u>Intolérances :</u> Filet de cabillaud rôti Goûter : yaourt Ø lactose et fruit sec
Mercredi	Spaghetti complets Sauce bolognaise pur bœuf Grana Padano Salade mêlée Fruit Goûter : muffin mozzarella et olives	<u>Végétarien :</u> Sauce bolo de tofu <u>Intolérances :</u> Spaghetti Ø gluten Goûter : muffin Ø gluten. Olives et Grana Padano
Jeudi	Rösti de pommes de terre et courge, gratiné au gruyère Panais et salsifis glacées aux herbes Fruit Goûter : biscuit de polenta aux poires	
Vendredi	Emincé de volaille à la citronnelle Risotto Ratatouille automnale Fruit Goûter : pain et Gottéron	<u>Végétarien :</u> Gaufre végétarienne et féta <u>Intolérances :</u> Goûter : galette de riz ou maïs et Gottéron

* L'astérisque signifie qu'un aliment ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison. Nous recourons à du roux et à des bouillons industriels ne correspondant pas aux exigences du Label Fait Maison.



MENUS CRÈCHES



Semaine du 18 au 22 novembre 2024

Les menus sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne ASDD. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

	Menu principal	Végétarien/intolérances
Lundi	Parmentier à l'effiloché de poulet Macédoine de légumes Fruit Goûter : yaourt vanille	Végétarien : Parmentier à la bolo de tofu Intolérances : Goûter : yaourt Ø lactose
Mardi	Tortellini ricotta, épinards Sauce tomate Grana Padano Salade mêlée et pois chiches Fruit Goûter : crème caramel	Intolérances : Fiori Ø lactose et gluten Goûter : crème caramel Ø lactose
Mercredi	Steak haché de volaille, sauce barbecue Pommes de terre grenaille rôties Blettes à la crème Fruit Goûter : pain et Gruyère	Végétarien : Hamburger de pois chiches Intolérances : Goûter : galette de riz ou maïs et Gruyère
Jeudi	Emincé de porc Gruyérien au jus de pomme du terroir Semoule de blé Tombé de chou blanc Fruit Goûter : pain à la tomate séchée et olives	Végétarien : Galette de cottage cheese et légumes Ø porc : Emincé de poulet Intolérances : Semoule de maïs Ø lactose Goûter : pain à la tomate séchée et olives Ø gluten
Vendredi	Quiche à la vaudoise (Poireau, pommes de terre, fromage) Salade de racine rouge Fruit Goûter : ananas frais	Intolérances : Quiche à la vaudoise Ø lactose et gluten

* L'astérisque signifie qu'un aliment ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison. Nous recourons à du roux et à des bouillons industriels ne correspondant pas aux exigences du Label Fait Maison.



MENUS CRÈCHES



Semaine du 25 au 29 novembre 2024

Les menus sont contrôlés par Mme Simone Reber, diététicienne ASDD. Ils respectent les critères d'une alimentation saine et équilibrée.

	Menu principal	Végétarien/intolérances
Lundi	<p>Filet de de saumon rôti Sauce safranée Pommes de terre natures Epinards étuvés</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain et Maréchal</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Goûter : galette de riz ou maïs et Maréchal</p>
Mardi	<p>Sauté de bœuf au romarin Polenta crémeuse Carottes Vichy</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pancake complet salé et cottage cheese aux herbes</p>	<p><u>Végétarien :</u> Galette de betterave et flocons d'avoine</p> <p><u>Intolérances :</u> Polenta crémeuse Ø lactose</p> <p>Goûter : pancake complet salé Ø gluten et fromage frais Ø lactose</p>
Mercredi	<p>Potage à la paysanne Gratin de pâtes courge, aux châtaignes et au Gruyère</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : flan chocolat</p>	<p><u>Intolérances :</u> Gratin de pâtes Ø gluten et lactose</p> <p>Goûter : flan chocolat Ø lactose</p>
Jeudi	<p>Pizza blanche maison (Ricotta, mascarpone, tomate séchée, maïs et olives) Salade de crudités</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : compote pomme-cannelle</p>	<p><u>Intolérances :</u> Pizza Ø lactose et gluten</p>
Vendredi	<p>Emincé de volaille au curry Riz jasmin Choux de Bruxelles rôtis au sirop d'érable et sésame</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : yaourt nature et céréales</p>	<p><u>Végétarien :</u> Emincé de tofu au curry</p> <p><u>Intolérances :</u> Goûter : yaourt Ø lactose et fruit sec</p>

* L'astérisque signifie qu'un aliment ne répond pas aux exigences du Label Fait Maison. Nous recourons à du roux et à des bouillons industriels ne correspondant pas aux exigences du Label Fait Maison.