



MENUS CRÈCHES



Semaine du 28 avril au 2 mai 2025

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>Cœur de colin rôti, sauce safranée Pommes de terre grenaille au four Épinards en branche à la crème</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : cake au yaourt au citron</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Goûter : cake Ø lactose et gluten</p>
Mardi	<p>Couscous végétarien (semoule, légumes, pois chiches et pommes de terre)</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain et Tilsit</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Quinoa</p> <p>Goûter : galette de riz ou maïs Ø gluten et Tilsit</p>
Mercredi	<p>Croustade de volaille et corne d'abondance Orgeotto aux légumes Poireaux étuvés</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : yaourt aux fruits</p>	<p><u>Végétarien :</u> Croustade de tofu et corne d'abondance</p> <p><u>Intolérances :</u> Croustade Ø gluten Riz créole aux légumes</p> <p>Goûter : yaourt aux fruits Ø lactose</p>
Jeudi	<p>Crème d'asperge Tortellini ricotta et épinards* Sauce à l'ail des ours</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : biscuit de polenta à la pomme, rhubarbe</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Fiori farci Ø gluten, sauce à l'ail des ours Ø lactose</p>
Vendredi	<p>Boulettes pur veau Sauce brune Spirales intégrales Bâtonnets de légumes</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : éclair salé au fromage frais et fines herbes</p>	<p><u>Végétarien :</u> Boulettes végétariennes, sauce tomate</p> <p><u>Intolérances :</u> Spirales Ø gluten</p> <p>Goûter : éclair salé Ø gluten au fromage frais et fines herbes 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 5 au 9 mai 2025

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 bœuf tomate Ecrasé de pommes de terre Gratin de côtes de bette</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : cookies salés, sauce allégée</p>	<p><u>Végétarien :</u> Galettes de cottage cheese</p> <p><u>Intolérances :</u> Gratin de côtes de bette Ø lactose</p> <p>Goûter : cookies salés Ø gluten</p>
Mardi	<p>Poêlée printanière de spätzli (asperges, oignons bottes, carottes et champignons) Salade verte et dés de Gruyère AOP</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : riz au lait à la rhubarbe</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Poêlée printanière de spätzli Ø gluten</p> <p>Goûter : riz au lait à la rhubarbe Ø lactose</p>
Mercredi	<p>Escalope de filet porc sauté Sauce moutarde Coquillettes Carottes étuvées</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : flan vanille et sirop d'érable</p>	<p><u>Végétarien :</u> Galettes de quinoa et haricot rouge</p> <p><u>Ø porc :</u> Escalope de volaille</p> <p><u>Intolérances :</u> Spirales Ø gluten Goûter : flan vanille Ø lactose et sirop d'érable</p>
Jeudi	<p>Riz sauté au poulet (œuf, carottes, poireaux) Pack-choï et radis blanc sautés à l'ail</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain et Gottéron</p>	<p><u>Végétarien :</u> Riz sauté au tofu</p> <p><u>Intolérances :</u> Goûter : galette de riz et Maïs Ø gluten et Gottéron</p>
Vendredi	<p>Potage minestrone Pizza Margherita (sauce tomate, mozzarella, olives)</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : crème caramel</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Pizza Margherita Ø gluten avec mozzarella Ø lactose</p> <p>Goûter : crème caramel 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 12 au 16 mai 2025

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 chou-fleur Omelette valaisanne (pommes de terre et fromage à raclette) Fruit Goûter : pain pita, houmous	<u>Intolérance :</u> Goûter : pain pita Ø gluten, houmous
Mardi	Sauté de canard au balsamique Boulgour Fenouil sauté aux pommes et raisins secs Fruit Goûter : pain et Emmental	<u>Végétarien :</u> Hamburger de lentilles <u>Intolérance :</u> Riz créole Goûter : galette de riz ou maïs Ø gluten et Emmental
Mercredi	Hachis parmentier à la bolo de tofu Macédoine de légumes Fruit Goûter : petit gâteaux au yaourt et carottes	<u>Intolérance :</u> Goûter : petit gâteaux au yaourt et carottes Ø lactose et gluten
Jeudi	Penne complètes Sauce crémeuse citronnée au thon Salade de chou-fleur aux fines herbes Fruit Goûter : latte cotto chocolat	<u>Intolérances :</u> Penne Ø gluten Goûter : latte cotto chocolat Ø lactose
Vendredi	Saucisse à rôtir de porc de la région Jus de viande Cravates Brocoli vapeur Fruit Goûter : yaourt vanille	<u>Végétarien :</u> Gallettes de fromage frais et légumes <u>Ø porc :</u> Saucisse de volaille <u>Intolérance :</u> Spirales Ø gluten Goûter : yaourt Ø lactose

* 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 19 au 23 mai 2025

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>Saltimbocca de porc, jus de viande Polenta rôtie Epinards étuvés</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : muffin au fromage et olives</p>	<p><u>Végétarien :</u> Fricadelle de boulgour, légumes et féta</p> <p><u>Ø porc :</u> Escalope de poulet</p> <p><u>Intolérances :</u> Polenta rôtie Ø lactose Goûter : muffin au fromage et olives Ø lactose et gluten</p>
Mardi	<p>Poêlée de gnocchi* aux légumes de saison, mozzarella Salade de concombre jardinière</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain et Maréchal</p>	<p><u>Intolérances :</u> Poêlée de penne Ø gluten aux légumes de saison, mozzarella Ø lactose</p> <p>Goûter : galette de maïs ou riz et Maréchal</p>
Mercredi	<p>Potage aux légumes taillés Quiche volaille, poireaux et moutarde en grains</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : crème vanille</p>	<p><u>Végétarien :</u> Quiche tofu, poireaux et moutarde en grains</p> <p><u>Intolérance :</u> Quiche volaille, poireaux et moutarde en grains Ø gluten et lactose</p> <p>Goûter : crème vanille Ø lactose</p>
Jeudi	<p>Steak haché de bœuf*, sauce barbecue Pommes de terre country Jardinière de radis blancs et carottes</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : semoule de blé, coulis de fraise</p>	<p><u>Végétarien :</u> Hamburger de pois chiches et légumes</p> <p><u>Intolérances :</u></p> <p>Goûter : semoule de maïs Ø lactose et coulis de fraise</p>
Vendredi	<p>Curry de légumes, lentilles et pommes de terre Riz jasmin</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : yaourt nature et céréales</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Goûter : yaourt nature Ø lactose et fruits secs Ø gluten</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 26 au 30 mai 2025

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>Emincé de dinde au jus de pomme du terroir Coquillettes Bouquet de brocoli</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pancake complet salé, sauce ricotta au curry</p>	<p><u>Végétarien :</u> Galettes de flocons d'avoine, légumes et mozzarella</p> <p><u>Intolérances :</u> Penne Ø gluten Goûter : pancake complet salé Ø gluten et sauce yaourt Ø lactose au curry</p>
Mardi	<p>Chou-fleur rôti et mousseline aux herbes Salade verte et œuf dur</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : cookie muesli au séré, compote de rhubarbe</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Goûter : cake Ø lactose et gluten, compote de rhubarbe</p>
Mercredi	<p>Filet de carrelet en panure croustillante au four Sauce tartare allégée Pommes de terre nature Fenouil caramélisé à l'orange</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : yaourt aux fruits</p>	<p><u>Intolérances :</u></p> <p>Filet de carrelet en panure croustillante au four Ø gluten</p> <p>Goûter : yaourt aux fruits Ø lactose</p>
Jeudi	ASCENSION	
Vendredi	<p>Fricassée de veau au paprika Riz pilaf Carottes vichy</p> <p>Fruit</p> <p>Goûter : pain et le Petit Glânois</p>	<p><u>Végétarien :</u> Sauté de tofu au paprika</p> <p><u>Intolérances :</u> Goûter : galette de riz ou maïs Ø gluten et le Petit Glânois</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.