


Lundi 03	Mardi 04	Mercredi 05	Jeudi 06	Vendredi 07
Bouillon de légumes <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage céleri <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage épinards <i>Céleri</i>
Emincé de volaille Ratatouille (tomates, aubergines,...) Petit épeautre <i>Céleri, gluten</i>	 Filet de Hoki <b>Laitue feuille de chêne, Carottes râpées</b> Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>	 Rôti de porc Chou-fleur Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait</i> Alternatives végétariennes	 Pâtes à la crème de tomates Lentilles corail <i>Gluten, céleri, lait</i>	Hamburger de bœuf Stoemp aux carottes <i>Gluten, céleri, œufs, soja, lait</i>
Lentilles Ratatouille (tomates, aubergines,...) Petit épeautre <i>Céleri, gluten</i>	Omelette <b>Laitue feuille de chêne, Carottes râpées</b> Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>	Pois chiches Chou-fleur Pommes nature <i>Céleri, lait</i>	Pâtes à la crème de tomates Lentilles corail <i>Gluten, céleri, lait</i>	Burger de légumes Stoemp aux carottes <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>
Compotine	Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
Potage carottes persil <i>Céleri</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	<h2>Congé</h2>	<h2>Congé</h2>
 Saucisse de campagne Compote de pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri, œufs, soja</i>	 Pâtes à la norvégienne saumon et brocolis <i>Poisson, gluten, céleri, lait</i> Alternatives végétariennes	Escalope de poulet <b>Crudités de saison</b> Dressing du chef Purée nature <i>Gluten, céleri, lait, moutarde</i>		
Saucisse végétarienne Compote de pommes Pommes persillées <i>Gluten</i>	Pâtes à la norvégienne aux brocolis Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Mijotés de lentilles blondes <b>Crudités de saison</b> Dressing du chef Purée nature <i>Gluten, céleri, lait, moutarde</i>		
<b>Fruit de saison</b>	Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>		
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Minestrone <i>Céleri</i>	Potage <b>céleri</b> <i>Céleri</i>
Boulettes de volaille à la liégeoise <b>Champignons</b> Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Filet de Colin aux fines herbes <b>Frisée rouge et verte</b> Purée nature <i>Poisson, soja, lait, céleri, œufs, moutarde</i>	 Spiringue de porc Brocolis au yaourt Pommes risolées au romarin <i>Gluten, céleri, lait</i> Alternatives végétariennes	 Omelette <b>Epinards</b> à la crème Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait</i>	Pâtes Bolognaise (courgettes, tomates,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs</i>
Boulettes végétariennes à la liégeoise <b>Champignons</b> Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>	Fricassée de pois cassés aux fines herbes <b>Frisée rouge et verte</b> Purée nature <i>Lait, céleri, œufs, moutarde, gluten</i>	Filet de Quorn multicéréales Brocolis au yaourt Pommes risolées au romarin <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	Omelette <b>Epinards</b> à la crème Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait</i>	Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>
<b>Fruit de saison</b>	Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
<h2>Congé</h2>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage St Germain <i>Céleri</i>	 <b>Menu Indien</b>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>
	 Waterzooi de poisson Julienne de légumes (poireaux, céleri, ...) Pommes nature <i>Poisson, soja, lait, gluten, céleri</i>	Saucisse de volaille <b>Carottes</b> Vichy Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>		Potage Bollywood (chou-fleur) <i>Céleri</i> Raïta de concombres Curry de pois chiches à l'oriental Wraps / Riz <i>Céleri, gluten, œufs, moutarde</i>
	Waterzooi de légumes (poireaux, céleri, ...) Pommes nature <i>Soja, lait, gluten, céleri</i>	Dahl de lentilles corail <b>Carottes</b> Vichy Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>	Potage Bollywood (chou-fleur) <i>Céleri</i> Raïta de concombres Curry de pois chiches à l'oriental Wraps / Riz <i>Céleri, gluten, œufs, moutarde</i>	Pâtes Fromage et petits pois <i>Gluten, céleri, lait</i>
	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>
Lundi 31				
Potage Andalou <i>Céleri</i>				
Carbonnade de bœuf <b>Carottes</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait, moutarde</i> Alternatives végétariennes				
Carbonnade de Quorn <b>Carottes</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>				
<b>Fruit de saison</b>				

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires\*, pommes\*, tomates pelées, yaourt, huile d'olive. TCO Service propose des repas avec minimum 20% d'ingrédients issus de l'agriculture biologique.


Certifié par [www.certisys.be](http://www.certisys.be) (BE-BIO-01)

\* Nos pommes et poires sont garanties d'origine belge de septembre à juin

Les ingrédients indiqués en gras sont des ingrédients de saison selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement

 : Plat contenant de la viande de porc

 : Poisson MSC (eau de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki, Lieu noir

 : Plat végétarien

**ALLERGIES:** Pour toutes questions sur les allergènes présents dans nos repas ; contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.