






| lundi 08 | | mardi 09 | | mercredi 10 | | jeudi 11 | | vendredi 12 | |
|--|--|--|--|---|--|--|--|---|--|
| Potage carottes BIO <i>Céleri</i> | | Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i> | | Potage céleri-rave BIO <i>Céleri</i> | | Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i> | | Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i> | |
| Dés de navets Raviolis (bœuf et poulet) à la sauce tomate et basilic Fromage râpé <i>Gluten (blé), céleri, œufs, lait</i> | | Julienne de légumes (poireaux, céleri-rave, carottes) Waterzooi de poissons Riz <i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten (blé)</i> | | Petits pois, échalotes Rosbif Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri</i> | | Couscous de légumes du chef (potiron, chou blanc , pois chiches) Semoule <i>Céleri, gluten (blé)</i> | | Crudités , vinaigrette Belgiflette (pommes de terre, brie, lardons) <i>Lait, céleri, œufs, moutarde, gluten (blé)</i> | |
| Alternative végétarienne | | | | | | | | | |
| Dés de navets Pâtes Sauce tomate aux lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), céleri, lait</i> | | Waterzooi de légumes (poireaux, céleri-rave, carottes) aux haricots blancs Riz <i>Lait, gluten (blé), céleri</i> | | Petits pois, échalotes Omelette Pommes de terre nature <i>Lait, œufs, céleri</i> | | Couscous de légumes du chef (potiron, chou blanc , pois chiches) Semoule <i>Céleri, gluten (blé)</i> | | Crudités , vinaigrette Belgiflette (pommes de terre, brie) <i>Lait, céleri, œufs, moutarde, gluten (blé)</i> | |
| Compotine | | Fruit | | Fruit | | Yaourt <i>Lait</i> | | Fruit | |
| lundi 15 | | mardi 16 | | mercredi 17 | | jeudi 18 | | vendredi 19 | |
| Potage champignons BIO <i>Céleri</i> | | Potage butternut BIO <i>Céleri</i> | | Potage poireaux BIO <i>Céleri</i> | | Potage tomates BIO <i>Céleri</i> | | Potage carottes BIO <i>Céleri</i> | |
| Carottes et son coulis de tomates Filet de poulet Quinoa <i>Céleri, œufs, gluten (blé, orge), lait</i> | | Purée de céleri-rave Filet de saumon <i>Poissons, céleri, gluten (blé), lait, soja</i> | | Chou-fleur Rôti de dinde Pommes de terre rôties <i>Céleri, œufs, gluten (blé, orge), lait</i> | | Pâtes (complètes) Sauce au pesto et petits pois Fromage râpé <i>Gluten (blé), céleri, lait</i> | | Betteraves rouges râpées, vinaigrette Boulette, sauce Liégeoise Purée nature <i>Céleri, moutarde, lait, gluten (blé, orge), œufs, soja</i> | |
| Alternative végétarienne | | | | | | | | | |
| Carottes et son coulis de tomates Filet de Quorn Quinoa <i>Céleri, gluten (blé), œufs</i> | | Purée de céleri-rave Omelette <i>Céleri, lait, œufs</i> | | Chou-fleur Dhal de lentilles corail Pommes de terre rôties <i>Céleri, moutarde</i> | | Pâtes (complètes) Sauce pesto et petits pois Fromage râpé <i>Gluten (blé), céleri, lait</i> | | Betteraves rouges râpées, vinaigrette Boulettes végétariennes, sauce Liégeoise Purée nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i> | |
| Yaourt <i>Lait</i> | | Fruit | | Fruit | | Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i> | | Fruit | |
| lundi 22 | | mardi 23 | | mercredi 24 | | jeudi 25 | | vendredi 26 | |
| Potage patates douces BIO <i>Céleri</i> | | Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i> | | Potage épinards BIO <i>Céleri</i> | | Potage oignons BIO <i>Céleri</i> | | Potage cresson BIO <i>Céleri</i> | |
| Courgettes Poulet Yassa Riz <i>Céleri, œufs, moutarde, gluten (blé)</i> | | Filet de lieu noir Purée au céleri et cerfeuil <i>Poissons, céleri, gluten (blé), lait, soja</i> | | Chicons au miel Saucisse de campagne Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i> | | Pennes, sauce légumes et légumineuses (tomates, carottes , lentilles vertes) Fromage râpé <i>Gluten (blé), céleri, lait</i> | | Chou rouge aux pommes Burger de bœuf Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri</i> | |
| Alternative végétarienne | | | | | | | | | |
| Yassa végétarien (courgettes, oignons , pois chiches) Riz <i>Céleri, moutarde, gluten (blé)</i> | | Oeuf dur Purée au céleri et cerfeuil <i>Céleri, lait, œufs</i> | | Chicons au miel Boulettes végétariennes Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i> | | Pennes, sauce légumes et légumineuses (tomates, carottes , lentilles vertes) Fromage râpé <i>Gluten (blé), céleri, lait</i> | | Chou rouge aux pommes Burger végétarien Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i> | |
| Fruit | | Fromage <i>Lait</i> | | Fruit | | Yaourt <i>Lait</i> | | Fruit | |
| lundi 29 | | mardi 30 | | mercredi 31 | |  | | | |
| Potage poireaux BIO <i>Céleri</i> | | Potage panais BIO <i>Céleri</i> | | Potage carottes BIO <i>Céleri</i> | | | | | |
| Carottes Vichy Filet de poulet Orge <i>Céleri, œufs, gluten (blé, orge), lait</i> | | Potée aux épinards Filet de cabillaud <i>Poissons, céleri, gluten (blé), lait, soja</i> | | Choux de Bruxelles Sauté de porc Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri, moutarde</i> | | | | | |
| Alternative végétarienne | | | | | | | | | |
| Carottes Vichy Mijoté de lentilles vertes Orge <i>Céleri, gluten (orge)</i> | | Potée aux épinards Omelette <i>Céleri, lait, œufs</i> | | Choux de Bruxelles Burger végétarien Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i> | | | | | |
| Yaourt <i>Lait</i> | | Fruit | | Fruit | | | | | |

-  : Plat végétarien
-  : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, fish stick
-  : Plat contenant de la viande de porc

Légumes de saison: selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie

100 % BIO: les potages sont 100% BIO.

100 % BIO: 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, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de bœuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01).

70% local: 70% des ingrédients sont d'origine locale.

Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (AR belge 17/07/2014). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Nos repas étant préparés en cuisine de collectivité, nous ne pouvons pas garantir l'absence de traces d'allergènes supplémentaires. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : allergie@tcoservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

