














MENU NOVEMBRE 2022

Lundi 07	Mardi 08	Jeudi 10	Vendredi 11
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	
Navets au beurre et son coulis de tomates Filet de cuisse de volaille Quinoa <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>	 Stoemp aux carottes Filet de Lieu noir <i>Poissons, soja, gluten, céleri, lait</i>	 Pâtes sauce forestière (champignons) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Menu d'automne  Congé
Compote	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	
Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage brocoli BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>
Compote Boulette de volaille Frites <i>Gluten, lait, œufs, moutarde, arachides</i>	 Crudités , dressing Filet de colin Purée nature <i>Poissons, céleri, œufs, moutarde, soja, gluten, lait</i>	 Couscous de légumes du chef (potimarrons, chou-fleur, pois chiches) Semoule <i>Gluten, céleri</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, œufs, lait, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage haricots blancs <i>Céleri</i>	Potage tomates-poivrons BIO <i>Céleri</i>
Légumes oubliés (panais, céleri-rave, topinambour)  Saucisse Purée nature <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>	 Pâtes Saumon Epinards aux lentilles <i>Poissons, gluten, céleri, lait</i>	 Chou-fleur Dhal de lentilles Corail aux carottes Riz <i>Céleri</i>	Crudités , dressing Dés de volaille Pain pita <i>Gluten, lait, œufs, moutarde, céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 28	Mardi 29		
Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>		
Carbonnade de boeuf aux carottes Frites <i>Gluten, lait, moutarde, céleri, arachides</i>	 Julienne de légumes (poireaux, céleri, carottes) Waterzooi de poissons Pommes de terre nature <i>Poissons, soja, lait, gluten, céleri</i>		
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit		

 : Plat végétarien

 poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, 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 (garanties d'origine belge de septembre à juin), pommes (garanties d'origine belge de septembre à juin), tomates pelées, huile d'olive.

25% BIO: repas avec minimum 25% d'ingrédients BIO. Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)

70% local: repas avec 70% de produits locaux.

Allergènes: à mention obligatoire, présents comme ingrédients dans le menu (Règlement UE n°1169/2011).

Pour toutes questions sur les allergènes, contacter notre diététicienne par email : allergie@tcoservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

