

MENU AVRIL 2024

| lundi 01 | mardi 02 | jeudi 04 | vendredi 05 |
|---|--|---|--|
| <p>Congé</p>  | Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i> | Potage cresson BIO <i>Céleri</i> | Potage tomates persil BIO <i>Céleri</i> |
| |  Thon, sauce tomate aux légumes (navets , courgettes) Semoule <i>Gluten (blé), poissons, céleri</i> |  Pâtes aux légumes (carottes , tomates, courgettes) et légumineuses <i>Gluten (blé), lait, céleri</i> |  Compote de pommes Boudin blanc Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri, moutarde</i> |
| lundi 08 | mardi 09 | jeudi 11 | vendredi 12 |
| Potage carottes BIO <i>Céleri</i> | Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i> | Potage épinards BIO <i>Céleri</i> | Potage poireaux BIO <i>Céleri</i> |
| Bœuf façon Stroganoff (tomates, champignons) Riz <i>Lait, céleri, moutarde</i> |  Filet de Cabillaud, sauce créole Courgettes Purée de patates douces <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i> |  Pâtes (complètes) au pesto vert et petits pois Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i> | Carottes Boulette de volaille Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i> |
| lundi 15 | mardi 16 | jeudi 18 | vendredi 19 |
| Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i> | Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i> | Potage patates douces BIO <i>Céleri</i> | Potage cresson BIO <i>Céleri</i> |
| Vol-au-vent (champignons) Pommes de terre <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i> |  Potée aux carottes Filet de Hoki <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i> |  Riz aux petits légumes (carottes , petits pois, oignons) et lentilles vertes <i>Céleri</i> |  Pâtes complètes Sauce jambon-fromage-brocoli <i>Gluten (blé), lait, céleri</i> |
| lundi 22 | mardi 23 | jeudi 25 | vendredi 26 |
| Potage épinards BIO <i>Céleri</i> | Potage carottes BIO <i>Céleri</i> | Potage tomates BIO <i>Céleri</i> | Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i> |
| Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Filet de poulet Boulghour <i>Gluten (blé), céleri</i> |  Pâtes à la norvégienne saumon - épinards <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i> |  Dahl de lentilles corail Chou-fleur persillé Riz <i>Céleri, moutarde</i> | Crudités , vinaigrette Burger de bœuf Purée nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i> |

LES ANTILLES

ASSIETTE SOLIDAIRE
Bénéfices versés à l'ONG HUMUNDI



 : Plat végétarien
 : Poisson labélisé 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: boulghour, 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 boeuf, 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.

