














MENU MARS 2024


lundi 11	mardi 12	jeudi 14	vendredi 15
 	Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Soupe miso BIO <i>Céleri, soja, gluten (blé, orge)</i>
	 Potée aux carottes Filet de Lieu <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>	 Pâtes complètes Sauce ricotta épinards <i>Gluten (blé), céleri, lait</i>	 Pad Thaï au poulet (choux, poireaux, ciboulette) Nouilles <i>Gluten (blé, orge), œufs, arachides, soja, céleri, sésame</i>
lundi 18	mardi 19	jeudi 21	vendredi 22
Potage lentilles vertes BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage cresson BIO <i>Céleri</i>
 Poireaux à la crème Saucisse de campagne Pommes de terre <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i>	 Crudités, vinaigrette Filet de colin Purée nature <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>	 Couscous de légumes du chef (potimarrons , courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri</i>
lundi 25	mardi 26	jeudi 28	vendredi 29
Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>
Carottes Filet de poulet, sauce curry Riz <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i>	 Epinards à la crème Filet de Cabillaud Purée nature <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>	 Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes , haricots blancs, céleri) <i>Gluten (blé), céleri</i>	 Crudités, vinaigrette Nid d'oiseau (haché, œuf) Gratin dauphinois <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>

Menu asiatique

Menu de PÂQUES

 : 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: 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 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.

