




Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage vert pré BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>
Vol-au-vent aux champignons Riz <i>Gluten, lait, céleri</i>	 Pâtes Sauce aux légumes et légumineuses <i>Gluten, céleri</i>	Petits pois à la française Rôti de dinde Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, œufs</i>	 Julienne de légumes (poireaux, céleri, carottes) Waterzooi de poisson (saumon, cabillaud, lieu noir) Pommes de terre <i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten</i>	 Couscous de légumes du chef (carottes, courgettes, navets, pois chiches) <i>Céleri, gluten</i>
Compotine	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Fruit
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
Potage Pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarron BIO <i>Céleri</i>
Carottes et son coulis de tomates Cuissot de poulet Quinoa <i>Céleri, œufs, gluten, lait</i>	Menu montagnard  Crudités de saison et dressing Belgiflette  (pommes de terre, brie) <i>Lait, céleri, œufs, moutarde</i>	 Chou-fleur Rôti de porc Pommes de terre rôties <i>Gluten, lait, moutarde</i>	Purée de céleri-rave  Filet de saumon Sauce curry doux <i>Poissons, céleri, gluten, lait, soja, moutarde</i>	 Pâtes complètes Sauce crémée au pesto et petits pois Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Flocons des neiges <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>	Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Fruit
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
Potage St-Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage navets BIO <i>Céleri</i>	Potage courgettes BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage brocolis BIO <i>Céleri</i>
Compote de pommes  Boulette Sauce Liégeoise Frites / Pommes de terre <i>Lait, gluten, œufs, soja, /arachides</i>	Chou rouge aux pommes  Omelette Pommes de terre persillées <i>Gluten, lait, œufs</i>	Poireaux braisés Filet de poulet Sauce à l'orange Pommes de terre nature <i>Gluten, œufs, lait</i>	Crudités de saison, dressing  Filet de Lieu noir Sauce vierge au citron Purée nature <i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten, œufs, moutarde</i>	 Penne all' arrabbiata Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Fruit
Lundi 31				
Potage potimarron BIO <i>Céleri</i>				
Légumes chinois Poulet sauce aigre-douce Riz basmati <i>Gluten, céleri, soja, œufs, lait</i>				
Yaourt <i>Lait</i>				

 : Plat végétarien

 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir (Islande), Colin (Océan Pacifique), Cabillaud (Mer Barent), Saumon (Océan Pacifique), fish stick (Océan Pacifique)

 : 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.

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

