












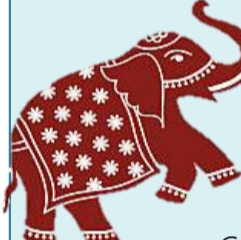

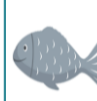







# MENU MAI 2022

## ECOLES DE WOLUWE ST LAMBERT

| Lundi 02  | Mardi 03  | Mercredi 04  | Jeudi 05  | Vendredi 06  |
|---|---|--|---|--|
| Potage <b>champignons</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage potimarrons BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>céleri</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>carottes</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage pois chiches BIO<br><i>Céleri</i>   |
| Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, <b>carottes</b> , oignons)<br>Fromage râpé<br><i>Gluten, céleri, œufs, lait, soja</i>  |  Ratatouille (tomates, courgettes, oignons)<br>Oeufs brouillés<br>Boulghour<br><i>Gluten, Céleri, Œufs, Lait</i> |  <b>Bettes</b> à la crème<br>Springue de porc<br>Pommes de terre rôties<br><i>Gluten, Céleri, Lait, Moutarde</i>  |  <b>Crudités</b> , dressing<br>Filet de Hoki<br>Sauce vierge au citron<br>Pommes de terre nature<br><i>Oeufs, Moutarde, Gluten, Céleri, Poissons, Soja</i> |  Riz aux lentilles vertes<br>Coulis de <b>carottes</b><br><i>Céleri</i>   |
| Compote   | Yaourt<br><i>Lait</i>   | Fruit  | Fruit   |  <b>ASSIETTE SOLIDAIRE</b><br><i>Céleri</i><br>Bénéfices versés à l'ONG    |
| Lundi 09  | Mardi 10  | Mercredi 11  | Jeudi 12  | Vendredi 13  |
| Potage <b>brocoli</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage lentilles corail BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>brocoli</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>carottes</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>bettes</b> BIO<br><i>Céleri</i>  |
| <b>Navets</b> , sauce tomate<br>Semoule<br>Emincés de volaille<br><i>Gluten, Céleri</i>   |  Compote de pommes<br>Pois chiches grillés<br>Frites / Pommes de terre<br><i>Céleri, Arachides</i>               | <b>Crudités</b> , dressing<br>Rosbif<br>Purée nature<br><i>Oeufs, Moutarde, Gluten, Céleri, Lait</i>   |  Pâtes au brocoli et saumon<br><i>Gluten, Lait, Céleri, Poissons, Soja</i>   |  Omelette <b>Epinards</b> à la crème<br>Pommes de terre nature<br><i>Lait, Oeufs, Gluten, Céleri</i>  |
| Fruit   | Yaourt<br><i>Lait</i>   | Fruit  | Fruit   | Fruit  |
| Lundi 16  | Mardi 17  | Mercredi 18  | Jeudi 19  | Vendredi 20  |
| Potage <b>carottes</b> persil BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>épinards</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>chou-fleur</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage tomates BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>céleri</b> BIO<br><i>Céleri</i>  |
| Couscous de légumes du chef ( <b>carottes</b> , courgettes)<br>Dés de poulet<br><i>Céleri, Gluten</i>   |  Haricots verts<br>Oeufs brouillés<br>Petit épeautre<br><i>Gluten, œufs, lait</i>                              | <b>Champignons</b> à la crème<br> Rôti de porc<br>Pommes de terre nature<br><i>Gluten, Lait, Moutarde</i>   |  <b>Crudités</b> , dressing<br>Filet de Colin<br>Purée nature<br><i>Oeufs, Moutarde, Poissons, Gluten, Céleri, Soja, Lait</i>                            |  Raïta de concombres<br>Curry de pois chiches à l'oriental<br>Wraps / Riz<br><br><i>Céleri, gluten, œufs, moutarde</i> |
| Yaourt<br><i>Lait</i>   | Fruit   | Fruit  | Fruit   | Fruit  |
| Lundi 23  | Mardi 24  | Mercredi 25  | Jeudi 26  | Vendredi 27  |
| Potage <b>brocoli</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage lentilles corail BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage courgettes BIO<br><i>Céleri</i>   | <i>Congé Ascension</i>  | Potage <b>céleri</b> BIO<br><i>Céleri</i>  |
| Pâtes aux courgettes et pesto<br>Emincés de dinde<br><i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>  |  <b>Champignons</b><br>Vol-au-vent de quorn<br>Frites / Riz<br><i>Gluten, céleri, lait, œufs, arachides</i>    |  Waterzooi de poisson (Cabillaud, Colin)<br>Julienne de légumes (poireaux, <b>céleri</b> , <b>carottes</b> )<br>Pommes de terre nature<br><i>Poissons, soja, lait, gluten, céleri</i> |   |  <b>Crudités</b> , dressing<br>Oeuf dur<br>Purée nature<br><i>Oeufs, Moutarde, Lait</i>   |
| Fruit   | Yaourt<br><i>Lait</i>   | Fruit  |   | Chocolat<br><i>Lait, soja, fruits à coque</i>  |
| Lundi 30  | Mardi 31  |   |   |  |
| Potage tomates BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>épinards</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |  |   |  |
|  Pâtes complètes<br>Sauce fromage aux petits pois<br><i>Gluten, lait, céleri</i> | Carbonnade de bœuf aux <b>carottes</b><br>Pommes de terre nature<br><i>Gluten, Lait, Moutarde, Céleri</i>   |  |   |  |
| Fruit   | Yaourt<br><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**: boulghour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, 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.

