








# MENU AOUT-SEPTEMBRE 2023

Lundi 28/8		Mardi 29/8		Jeudi 31/8		Vendredi 1/9	
Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>		Potage brocolis BIO <i>Céleri</i>		Potage oignons BIO <i>Céleri</i>		Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	
<b>Courgettes</b> Raviolis (bœuf et poulet) Sauce <b>tomate</b> et basilic Fromage râpé		 Waterzooï de poissons aux légumes (poireaux, <b>céleri</b> , <b>carottes</b> ) Pommes de terre nature		 Couscous de légumes du chef ( <b>carottes</b> , <b>courgettes</b> , pois chiches) Semoule		Haricots verts Filet de cuisse de poulet Pommes de terre nature	
<i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>		<i>Poissons, soja, lait, gluten, céleri</i>		<i>Gluten, céleri</i>		<i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	
Compotine		Yaourt <i>Lait</i>		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>		Fruit	
Lundi 04		Mardi 05		Jeudi 07		Vendredi 08	
Potage <b>parmentier</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>potimarrons</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>	
<b>Fenouil</b> à la Provençale Emincés de volaille Riz		 <b>Crudités</b> , dressing Filet de Cabillaud Pommes de terre nature		 Pâtes E FAGIOLI ( <b>tomates</b> , <b>carottes</b> , haricots blancs, <b>céleri</b> )		 Compote de <b>pommes</b> Saucisse Pommes de terre persillées	
<i>Gluten, céleri</i>		<i>Gluten, céleri, poissons, soja, œufs, moutarde</i>		<i>Gluten, céleri</i>		<i>Gluten, lait, œufs</i>	
Fruit		Yaourt <i>Lait</i>		Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>		Fruit	
Lundi 11		Mardi 12		Jeudi 14		Vendredi 15	
Potage lentilles vertes BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>potimarrons</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	
 Potée Liégeoise ( <b>haricots verts</b> , lardons, pommes de terre)		 Pâtes complètes au saumon Sauce aux <b>brocolis</b> et lentilles vertes		 <b>Chou-fleur</b> Dhal de lentilles Corail ( <b>carottes</b> , <b>tomates</b> , lait de coco) Riz		<b>Crudités</b> , dressing Burger de boeuf Pommes de terre nature	
<i>Céleri, œufs, moutarde</i>		<i>Gluten, poissons, lait, céleri</i>		<i>Céleri, moutarde</i>		<i>Lait, gluten, céleri, œufs, moutarde</i>	
Fruit		Yaourt <i>Lait</i>		Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>		Fruit	
Lundi 18		Mardi 19		Jeudi 21		Vendredi 22	
Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>chou-fleur</b> persil <i>Céleri</i>		Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>	
Dés de <b>céleri-rave</b> , sauce <b>tomate</b> Boulette de volaille Orge		 <b>Crudités</b> , dressing Filet de Colin Purée nature		 Pâtes aux légumes ( <b>carottes</b> , <b>tomates</b> , <b>courgettes</b> ) et légumineuses (lentilles) Fromage râpé		Paëlla au poulet ( <b>haricots verts</b> , petits pois, poivrons)	
<i>Gluten, œufs, céleri</i>		<i>Poissons, soja, lait, œufs, moutarde, gluten, céleri</i>		<i>Gluten, céleri, lait</i>		<i>Céleri, œufs</i>	
Fruit		Yaourt <i>Lait</i>		Fromage <i>Lait</i>		Pastèque	
Lundi 25		Mardi 26		Jeudi 28		Vendredi 29	
Potage <b>brocolis</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri, moutarde</i>		Potage <b>potimarrons</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	
Vol-au-vent aux <b>champignons</b> Riz		 <b>Crudités</b> , dressing Filet de Lieu noir Pommes de terre persillées		 Pâtes complètes à la Primavera Verde ( <b>courgettes</b> , <b>brocolis</b> , petits pois, <b>haricots verts</b> ) Fromage râpé		Carbonnade de bœuf aux <b>carottes</b> Pommes de terre nature	
<i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>		<i>Céleri, Œufs, Moutarde, Poissons, Gluten, Soja</i>		<i>Gluten, Céleri, Lait, Sésame</i>		<i>Gluten, céleri, lait, moutarde</i>	
Fruit		Yaourt <i>Lait</i>		Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>		Fruit	

**ESPAGNE**



 : Plat végétarien  
 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : 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, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

**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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

