



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

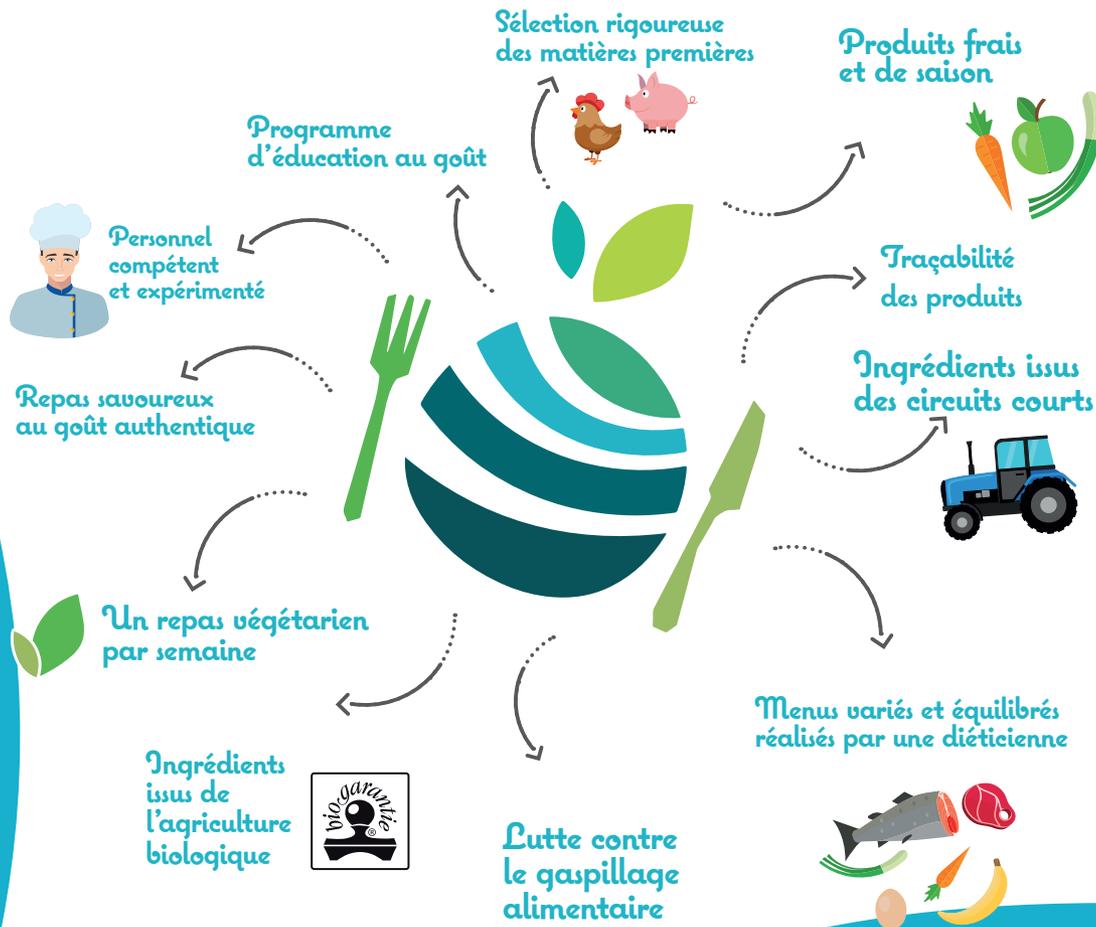
A TABLE !
ON VA SE REGALER...



Les équipes de cuisine
sont prêtes pour vous servir.

Bon appétit !

TCO Service, le fournisseur des repas chauds de ton école, s'engage pour proposer des repas sains et durables



CHAQUE MOIS

des menus à thème et la découverte d'autres cuisines :
Asie, Grèce, Mexique, Ukraine, Italie, Espagne,...

MENU AOUT-SEPTEMBRE 2022

ECOLE D'OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

Lundi 29/8	Mardi 30/8	Jeudi 1/9	Vendredi 2/9
Potage Parmentier BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>
 Carottes Pâtes à la sauce tomate et basilic Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Waterzooï de poissons aux légumes (poireaux, céleri, carottes) Pommes de terre nature <i>Poissons, soja, lait, gluten, céleri</i>	 Couscous de légumes du chef (carottes, courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten, céleri</i>	 Haricots verts Filet de cuisse de poulet Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>
 Salade de riz, jambon, œufs, petits légumes <i>Œufs, moutarde</i>	 Salade de tomates, dés de gouda, sandwich <i>Lait, gluten, œufs, moutarde</i>	 Salade de quinoa, batonnets de carottes, saumon belle-vue <i>Poissons, céleri, œufs, moutarde</i>	 Salade de haricots verts, chèvre frais, baguette <i>Lait, gluten, œufs, moutarde, sésame</i>
Compotine	Yaourt <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 05	Mardi 06	Jeudi 08	Vendredi 09
Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>
 Fenouil à la Provençale Haricots rouges Riz <i>Céleri</i>	 Epinards à la crème Filet de Hoki Pommes de terre persillées <i>Gluten, céleri, lait, poissons, soja</i>	 Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri) <i>Gluten, céleri</i>	 Compote de pommes Saucisse Purée nature <i>Gluten, lait, œufs</i>
Salade de pommes de terre, carottes et betteraves râpées, lardinettes de dinde <i>Œufs, moutarde, céleri</i>	 Houmous, crudités, baguette grise <i>Œufs, moutarde, gluten, sésame</i>	 Salade de pâtes, tomates, mozzarella, pesto <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>	 Haricots verts, sardines, sandwich <i>Œufs, moutarde, lait, gluten, poissons</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Melon	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Lundi 12	Mardi 13	Jeudi 15	Vendredi 16
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri BIO <i>Céleri, moutarde</i>
 Poireaux à la crème Omelette Pommes de terre nature <i>Céleri, lait, œufs, gluten</i>	 Pâtes complètes au saumon Sauce aux brocolis et lentilles vertes <i>Gluten, poissons, lait, céleri</i>	 Chou-fleur Dhal de lentilles Corail aux carottes Riz <i>Céleri</i>	 Haricots verts Blanc de volaille Purée nature <i>Lait, œufs, gluten, céleri</i>
Salade de boulghour, dés de poulet, crudités <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>	 Salade de haricots verts, feta à l'huile d'olive, ciabatta <i>Lait, gluten, œufs, moutarde, sésame</i>	 Salade de pois chiches à l'indienne, riz, chou-fleur <i>Moutarde, céleri</i>	 Crudités, dressing, mousse de poissons, pain blanc <i>Œufs, Moutarde, Poissons, Gluten, Lait, Céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 19	Mardi 20	Jeudi 22	Vendredi 23
Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur persil BIO <i>Céleri</i>
 Dés de Quorn Sauce aux champignons Frites <i>Gluten, céleri, lait, œufs, arachides</i>	 Crudités, dressing Filet de Colin Purée nature <i>Poissons, soja, lait, œufs, moutarde, gluten, céleri</i>	 Tajine de légumes (carottes, courgettes) aux lentilles vertes Pommes de terre <i>Céleri</i>	 Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, Lait, Soja, Œufs, Céleri</i>
Salade de quinoa, feta, courgettes <i>Lait, céleri</i>	Wraps au poulet curry, carottes râpées <i>Gluten, céleri, moutarde, œufs, soja</i>	 Pêches au thon, laitue, pain gris <i>Poissons, œufs, moutarde, lait, céleri, gluten</i>	 Houmous, crudités, baguette blanche <i>Œufs, moutarde, gluten, sésame</i>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 26	Mardi 27	Jeudi 29	Vendredi 30
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	<i>Congé</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>
 Dés de céleri-rave Boulette de volaille, sauce brune à l'orange Petit épeautre <i>Gluten, lait, œufs, céleri, moutarde</i> Plat froid		 Pâtes à la Primavera Verde (courgettes, brocolis, petits pois, haricots verts) Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait</i>	 Bortsch ukrainien végétarien (lentilles vertes, chou, tomates, betteraves, carottes) Pommes de terre nature <i>Céleri</i>
 Salade de riz et lentilles Corail aux petits légumes <i>Œufs, moutarde</i>		Jambon de dinde, crudités, pain gris <i>Gluten, céleri, œufs, moutarde</i>	 <i>L'Ukraine</i>
Fruit		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit

 : Plat végétarien

 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Hoki, 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: 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.

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.

