




MENU JUILLET - AOUT 2024

PLAINES

lundi 8 juillet	mardi 9 juillet	mercredi 10 juillet	jeudi 11 juillet	vendredi 12 juillet
Potage petits pois <i>Céleri</i>	Potage brocoli <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage céleri vert <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>
Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Filet de poulet Quinoa <i>Céleri</i>	 Crudités , vinaigrette Fish stick Purée nature <i>Gluten (blé), oeufs, poissons, lait, céleri, moutarde</i>	Haricots verts Burger de bœuf Pommes de terre <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri</i>	 Pâtes Sauce ricotta épinards <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Compote de pomme Chipolata de volaille Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 15 juillet	mardi 16 juillet	mercredi 17 juillet	jeudi 18 juillet	vendredi 19 juillet
Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage céleri vert <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>
Salade Liégeoise (haricots verts, pommes de terre, lardinettes de dinde) <i>Céleri, moutarde</i>	 Crudités , vinaigrette Filet de Colin Pommes de terre <i>Gluten (blé, seigle), oeufs, poissons, soja, céleri, moutarde</i>	Filet de poulet Courgettes au pesto Pâtes grecques <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Chili sin carne (tomates, haricots rouges, maïs, carottes) Riz <i>Céleri</i>	Boulette de volaille Petits pois Purée nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 22 juillet	mardi 23 juillet	mercredi 24 juillet	jeudi 25 juillet	vendredi 26 juillet
Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>	Potage brocoli <i>Céleri</i>	Potage St-Germain <i>Céleri</i>
Brocoli Poulet, sauce curry Riz <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Fenouil , sauce tomate Filet de Cabillaud Pommes de terre <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, céleri</i>	Crudités , vinaigrette Omelette Purée nature <i>Gluten (blé), oeufs, lait, céleri, moutarde</i>	 Couscous de légumes (courgettes, carottes, pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Pâtes bolognaise de bœuf (carottes, tomates) Fromage râpé <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 29 juillet	mardi 30 juillet	mercredi 31 juillet	jeudi 1 août	vendredi 2 août
Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage épinards <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>
Vol-au-vent (champignons) Riz <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Salade de tomates-concombres Filet de Lieu noir Pommes de terre <i>Gluten (blé, seigle), oeufs, poissons, soja, céleri, moutarde</i>	Chou-fleur à la crème Rosbif Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri</i>	 Pâtes Primavera Verde (courgettes, brocolis, petits pois, haricots verts) Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Carottes Filet de poulet, sauce à l'orange Semoule <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit

 : Plat végétarien
 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, 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, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, tomates, 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.





MENU JUILLET - AOUT 2024

PLAINES

lundi 5 août	mardi 6 août	mercredi 7 août	jeudi 8 août	vendredi 9 août
Potage petits pois <i>Céleri</i>	Potage brocoli <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage céleri vert <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>
Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Filet de poulet Quinoa <i>Céleri</i>	 Crudités , vinaigrette Fish stick Purée nature <i>Gluten (blé), oeufs, poissons, lait, céleri, moutarde</i>	Haricots verts Burger de bœuf Pommes de terre <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri</i>	 Pâtes Sauce ricotta épinards <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Compote de pomme Chipolata de volaille Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), oeufs, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), oeufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 12 août	mardi 13 août	mercredi 14 août	jeudi 15 août	vendredi 16 août
Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Congé	Potage courgettes <i>Céleri</i>
Salade Liégeoise (haricots verts, pommes de terre, lardinettes de dinde) <i>Céleri, moutarde</i>	 Crudités , vinaigrette Filet de Colin Pommes de terre <i>Gluten (blé, seigle), oeufs, poissons, soja, céleri, moutarde</i>	Filet de poulet Courgettes au pesto Pâtes grecques <i>Gluten (blé, orge), oeufs, lait, céleri</i>		Boulette de volaille Petits pois Purée nature <i>Gluten (blé, orge), oeufs, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit		Fruit
lundi 19 août	mardi 20 août	mercredi 21 août	jeudi 22 août	vendredi 23 août
Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>	Potage brocoli <i>Céleri</i>	Potage St-Germain <i>Céleri</i>
Brocoli Poulet, sauce curry Riz <i>Gluten (blé, orge), oeufs, lait, céleri</i>	 Fenouil , sauce tomate Filet de Cabillaud Pommes de terre <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, céleri</i>	Crudités , vinaigrette Omelette Purée nature <i>Gluten (blé), oeufs, lait, céleri, moutarde</i>	 Couscous de légumes (courgettes, carottes, pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Pâtes bolognaise de bœuf (carottes, tomates) Fromage râpé <i>Gluten (blé), oeufs, soja, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), oeufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit

 : Plat végétarien

 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, 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, oeufs, 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.

