



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

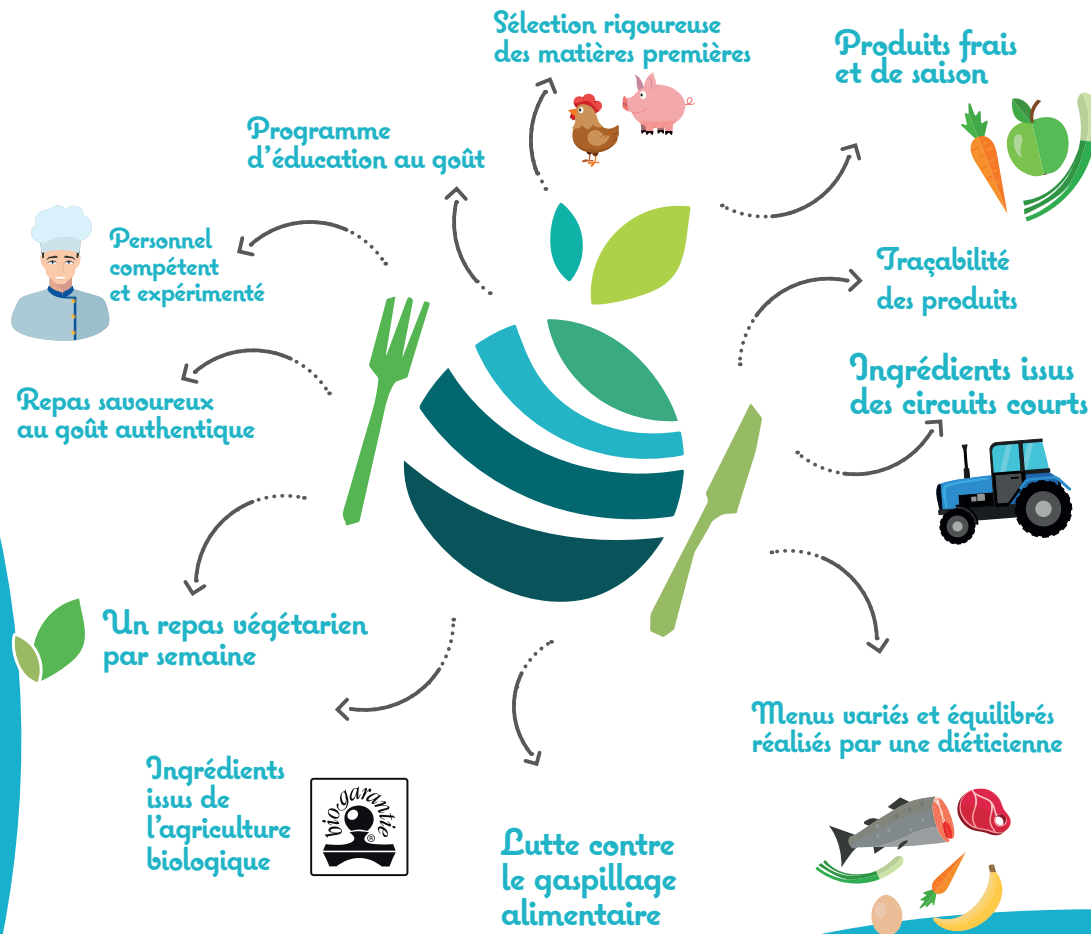
**A TABLE !**  
**ON VA SE REGALER...**



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

## ECOLES DE WOLUWE ST LAMBERT

Lundi 29/8	Mardi 30/8	Mercredi 31/8	Jeudi 1/9	Vendredi 2/9
Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri, moutarde</i>	Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>
Ratatouille (tomates, courgettes) Filet de poulet Riz <i>Céleri, gluten, œufs, lait</i>	 Carottes Omelette Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>	 Brocoli Spiringue de porc Quinoa <i>Gluten, lait, céleri, moutarde</i>	 Waterzooï de poissons (Lieu noir, Colin) 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>
Compotine	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Fruit
Lundi 05	Mardi 06	Mercredi 07	Jeudi 08	Vendredi 09
Potage Parmentier BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> BIO <i>Céleri</i>
Haricots verts Filet de cuisse de poulet Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	 Fenouil à la Provençale Œufs brouillés Riz <i>Céleri, œufs, lait</i>	Salade de <b>betteraves rouges</b> Blanc de volaille Pommes de terre nature <i>Gluten, moutarde, œufs, lait</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>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Melon
Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16
Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>potimarrons</b> BIO <i>Céleri</i>
 Compote de pommes Saucisse Purée nature <i>Gluten, lait, œufs</i>	 Poireaux à la crème Omelette Pommes de terre nature <i>Gluten, œufs, lait, céleri</i>	 Epinards Rôti de dinde Pommes de terre persillées <i>Gluten, céleri, lait, œufs</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>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Fruit
Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23
Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage St Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri, moutarde</i>
Haricots verts Blanc de volaille Purée nature <i>Lait, œufs, gluten, céleri</i>	 Vol-au-vent de Quorn aux champignons Frites / Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs, /arachides</i>	 Brocoli Pain de viande, sauce moutardée Pommes de terre rôties <i>Lait, moutarde, œufs, gluten, soja</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>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Fruit
Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30
Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>	<i>Congé</i>	Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>chou-fleur</b> persil <i>Céleri</i>
Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, Lait, Soja, Oeufs, Céleri</i>		 Crudités, dressing Rôti de porc Purée nature <i>Lait, gluten, œufs, moutarde</i>	 Dés de céleri-rave Filet de Cabillaud, sauce tomate Petit épeautre <i>Poissons, soja, lait, moutarde, gluten, céleri</i>	 Pâtes à la Primavera Verde (courgettes, brocolis, haricots verts) Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait</i>
Fruit		Fruit	Yaourt aux fruits <i>Lait</i>	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</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, pommes, tomates pelées, huile d'olive.

**25% BIO:** repas avec minimum 25% d'ingrédients BIO. Certifié par [www.certisys.eu](http://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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

