TCO SERVICE

CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

Nous sommes Sam et Lili!
Retrouve-nous chaque mois au dos du menu.

TCO SERVICE

DES BONS REPAS, SAINS ET DURABLES TOUTE L'ANNÉE À LA CANTINE DE TON ÉCOLE !

- Des menus variés et équilibrés pensés par une diététicienne
- Un personnel formé et expérimenté
- Des ingrédients de qualité
- Des légumes et des fruits de saison
- Au moins un repas végétarien par semaine
- Un maximum d'achats Bio et en circuit court
- Des produits du commerce équitable
- Du poisson labellisé « Pêche durable »
- Des menus à thème pour te faire découvrir de nouveaux goûts

Bonne année scolaire en pleine forme grâce aux repas de TCO Service !

MENU SEPTEMBRE 2025

ECOLES COMMUNALES DE WOLUWE ST LAMBERT

lundi 1 septembre	mardi 2 septembre	mercredi 3 septembre	jeudi 4 septembre	vendredi 5 septembre
Potage lentilles corail BIO *Céleri*	Potage **brocolis** BIO *Céleri*	Potage **céleri vert** BIO *Céleri*	Potage **oignons** BIO *Céleri*	Potage **carottes** BIO *Céleri*
Haricots verts, échalotes Filet de poulet Pommes de terre ciboulette *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	**Carottes** à la provençale Omelette Riz *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	**Chou-fleur**, sauce curry Spiringue de porc Pommes de terre rôties *Gluten (blé), lait, céleri, moutarde*	**Epinards** à la crème Filet de Merlu Pommes de terre nature *Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri*	Pâtes E FAGIOLI (**tomates**, **carottes**, haricots blancs, **céleri vert**) *Gluten (blé), céleri*
Fruit	Yaourt *Lait*	Fruit	Yaourt aux fruits *Lait*	Fruit
lundi 8 septembre	**mardi 9 septembre**	**mercredi 10 septembre**	**jeudi 11 septembre**	**vendredi 12 septembre**
Potage **poireaux** BIO *Céleri*	Potage pois chiches BIO *Céleri*	Potage **fenouil** BIO *Céleri*	Potage **carottes** BIO *Céleri*	Potage **courgettes** BIO *Céleri*
Cuidités, vinaigrette Boulette Pommes de terre / Frites *Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, /arachides*	Salade Liégeoise végétarienne (**haricots verts**, œuf dur, pommes de terre) *Œufs, céleri, sulfites*	**Courgettes** au pesto Filet de poulet Quinoa *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	Pâtes (complètes) au saumon Sauce aux **brocolis** *Gluten (blé), poissons, lait, céleri*	Curry de lentilles (**carottes**, **chou-fleur**, **oignons**, lait de coco) Riz *Céleri, moutarde*
Fruit	Yaourt *Lait*	Fruit	Yaourt aux fruits *Lait*	Fruit
lundi 15 septembre	**mardi 16 septembre**	**mercredi 17 septembre**	**jeudi 18 septembre**	**vendredi 19 septembre**
Potage **navets** BIO *Céleri*	Potage andalou (**tomates**, **poivrons**) BIO *Céleri*	Potage **poireaux** BIO *Céleri*	Potage **épinards** BIO *Céleri*	Potage **carottes** BIO *Céleri*
Carottes Saucisse Pommes de terre en chemise *Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde*	**Fenouil** sauce **tomate** au basilic Œufs brouillés Boulgour *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	**Chou-fleur** au curcuma Rôti de dinde Pommes de terre rôties *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	**Haricots verts** Filet de Lieu noir Pommes de terre persillées *Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri*	Pâtes (complètes) Primavera Verde (**courgettes**, **brocolis**, petits pois, pesto de noix de cajou) Fromage râpé *Gluten (blé), lait, céleri, fruits à coque (noix de cajou)*
Fruit	Fromage *Lait*	Fruit	Yaourt aux fruits *Lait*	Fruit
lundi 22 septembre	**mardi 23 septembre**	**mercredi 24 septembre**	**jeudi 25 septembre**	**vendredi 26 septembre**
Potage Shorbat Adas (lentilles corail) BIO *Céleri*	Potage **épinards** BIO *Céleri*	Potage **tomates** BIO *Céleri*	Potage **oignons** BIO *Céleri*	Potage **butternut** BIO *Céleri*
Crudités (**tomates**, **concombre**) Emincés de poulet Sauce yaourt Pain libanais *(primaires)* / Riz *(maternelles)* *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	Omelette Coulis de **carottes** Semoule *Gluten (blé), lait, céleri, moutarde*	Petits pois, **échalotes** Filet de poulet Pommes de terre rôties *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	**Crudités**, vinaigrette Filet de Colin Purée de patates douces *Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde*	Pâtes, sauce aux légumes (**carottes**, **tomates**, **courgettes**) et lentilles Fromage râpé *Gluten (blé), lait, céleri*
Fruit	Yaourt *Lait*	Fruit	Dessert lacté *Lait*	Biscuit *Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)*
lundi 29 septembre	**mardi 30 septembre**			
Potage **courgettes** BIO *Céleri*	Potage **champignons** BIO *Céleri*			
Champignons Vol-au-vent de volaille Riz / Frites *Gluten (blé), œufs, lait, céleri, /arachides*	**Brocolis** Omelette Pommes de terre aux herbes *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*			
Fruit	Yaourt *Lait*			

MENU LIBANAIS

: 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).

75% local: 75% 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.

WGL