



Lundi 03	Mardi 04	Jeudi 06	Vendredi 07
Minestrone <i>Céleri, gluten</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage carottes coriandre <i>Céleri</i>	Potage panais <i>Céleri</i>
Cuissot de volaille Sauce à l'estragon Courgettes Quinoa <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Coulis de carottes aux lentilles corail et sésame Crudités de saison et dressing Dés de pommes nature <i>Céleri, œufs, moutarde, sésame</i>	 Pâtes à la norvégienne saumon et brocolis <i>Gluten, céleri, lait, poisson</i>	 Chili sin carne (tomates, oignons, haricots rouges, maïs...) Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>
 Fromage de chèvre, crudités et baguette <i>Gluten, lait, céleri</i>	 Duo de charcuteries, crudités, salade de pommes de terre <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>	 Œuf mimosa, crudités, pain blanc <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>	 Pêches au thon, pain gris <i>Poisson, gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Mousse au chocolat <i>Lait</i>	Raisins secs
Lundi 10	Mardi 11	Jeudi 13	Vendredi 14
Potage potimarron <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage salsifis <i>Céleri</i>	Saint-Valentin Potage des amoureux (tomates) <i>Céleri</i>
 Vol au vent de Quorn Champignons Frites <i>Gluten, céleri, lait, arachides</i>	 Filet de Cabillaud Sauce aux herbes Crudités de saison Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde, lait</i>	 Gratin de pâtes primavera (courgettes, haricots,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Cœur d'hamburger (bœuf) Sauce du chef Purée aux petits choux de Bruxelles <i>Gluten, œufs, soja, lait, céleri</i>
 Tomates, mozzarella, baguette <i>Lait, gluten, céleri, œufs, moutarde</i>	Wraps au poulet curry et carottes râpées <i>Gluten, œufs, moutarde, céleri</i>	 Gratin de pâtes au saumon et brunoise de légumes <i>Gluten, poisson, céleri, œufs, moutarde</i>	 Salade de pommes de terre et œufs, crudités <i>Œufs, moutarde, céleri</i>
Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Chocolat <i>Lait, soja</i>
Lundi 17	Mardi 18	Jeudi 20	Vendredi 21
Potage navets <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage cresson <i>Céleri</i>
 Sparingue de porc Compote aux pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri</i>	 Pâtes Sauce tomate, courgettes, fenouil et lentilles vertes <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Filet de Hoki Crudités de saison Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde, lait</i>	 Omelette Panais et carottes au thym Riz <i>Gluten, œufs, lait, soja</i>
 Chèvre, crudités, baguette <i>Lait, gluten, céleri, œufs, moutarde</i>	 Salade niçoise (haricots verts, thon, pommes de terre...) <i>Gluten, poisson, céleri, œufs, moutarde</i>	Salade de riz (poulet, maïs, carottes,...) <i>Céleri, œufs, moutarde</i>	 Salade de lentilles, feta, pommes, noix, tomates et baguette <i>Lait, gluten, céleri, œufs, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Fruit de saison



Congé de détente



Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: 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*, yaourt, tomates pelées, huile d'olive.

Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)

* Nos pommes et poires sont garanties d'origine belge de septembre à juin

Les ingrédients indiqués **en gras** sont des ingrédients de saison selon le calendrier des fruits et légumes de saison de l'IBGE

 : Plat contenant de la viande de porc

 : Poisson MSC (issu de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki, Lieu noir, Saumon

 : Plat végétarien

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.