

MENU OCTOBRE 2020

Ecoles d'OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

		Jeudi 01		Vendredi 02			
		Potage courgettes basilic <i>Céleri</i>		Potage potiron <i>Céleri</i>			
		 Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Burger de légumes Crudités de saison Boulgour <i>Gluten, céleri, moutarde, lait, œufs</i>			
		 Gouda, crudités, sandwichs <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i> Compotine		 Wraps, salade de thon au yaourt aux fines herbes, concombres <i>Gluten, poisson, céleri, lait, œufs, moutarde</i> Fruit de saison			
Lundi 05		Mardi 06		Jeudi 08		Vendredi 09	
Potage navets <i>Céleri</i>		Potage pois chiches <i>Céleri</i>		Potage poireaux <i>Céleri</i>		Le commerce équitable	
Carbonnade de bœuf Carottes Frites <i>Gluten, céleri, lait, moutarde, arachides</i>		 Filet de Cabillaud Sauce aux olives Epinards au beurre Riz <i>Poisson, soja, céleri, gluten, lait</i>		 Tajine de légumes et boulettes végétariennes <i>Gluten, céleri, soja, œufs, moutarde</i>		 Curry de pois chiches au lait de coco et carottes Quinoa <i>Céleri, gluten, lait</i>	
 Salade de poisson, crudités, pain gris <i>Poisson, céleri, œufs, moutarde, gluten</i>		 Passendaele, crudités, baguette <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		 Saucisson, crudités, pain blanc <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		 Salade de quinoa, lentilles, concombres et menthe <i>Céleri, œufs, moutarde</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Emmental <i>Lait</i>		Chocolat équitable <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	
Lundi 12		Mardi 13		Jeudi 15		Vendredi 16	
Potage panais <i>Céleri</i>		Potage carottes <i>Céleri</i>		Potage fenouil <i>Céleri</i>		Potage St Germain <i>Céleri</i>	
 Lentilles Sauce à l'orange Haricots à l'échalote Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Filet de Hoki Crudités de saison et dressing maison Purée nature <i>Poisson, gluten, céleri, œufs, moutarde, lait, soja</i>		 Pennes à la méditerranéenne (tomates, poivrons, ...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Goulash de porc aux petits légumes (tomates, courgettes,...) Orge <i>Céleri, gluten</i>	
 Brie, miel, salade frisée, pistolets <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		 Tomates, mozzarella, pesto, ciabatta <i>Gluten, lait, céleri</i>		Jambon de dinde, crudités, pain gris <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		Wraps César (lanières de poulet, salade, tomates,...) <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>		Fruit de saison	
Lundi 19		Mardi 20		Jeudi 22		Vendredi 23	
Bouillon de légumes <i>Céleri</i>		Potage potimarron <i>Céleri</i>		Potage Andalou <i>Céleri</i>		Potage épinards <i>Céleri</i>	
Boulettes de volaille Compote de pommes Frites <i>Gluten, céleri, arachides</i>		 Filet de saumon Purée aux brocolis <i>Poisson, céleri, lait, soja, gluten</i>		 Risotto aux petits pois et à la mozzarella et basilic <i>Céleri, lait</i>		 Pâtes Al'Arrabiata (tomates, poivrons,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	
 Omelette, chou râpé, pain gris <i>Œufs, gluten, céleri, lait</i>		carottes râpées, pain pita <i>Gluten, céleri, crustacés, mollusques, sésame</i>		 Faluche italienne (jambon italien, tomates, roquette,...) <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Salade d'œufs, champignons, pommes de terre <i>Œufs, céleri, lait, moutarde</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Fruit de saison		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	
Lundi 26		Mardi 27		Jeudi 29		Vendredi 30	
Potage tomates persil <i>Céleri</i>		Potage celeri-rave <i>Céleri</i>		Potage chou-rave <i>Céleri</i>		Halloween	
Escalope de poulet Chou-fleur au curry Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>		 Filet de Colin Crudités de saison Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, céleri, lait, œufs, moutarde</i>		 Chili sin carne (tomates, carottes, haricots rouges,...) Riz persillé <i>Céleri</i>		 Potage citrouille ensorcelée <i>Céleri</i>	
 Maredsous, crudités, sandwichs <i>Gluten, lait, œufs, moutarde, céleri</i>		 Faluche italienne (jambon italien, tomates, roquette,...) <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Pêches au thon, baguette <i>Poisson, céleri, gluten, œufs, moutarde</i>		 Pâtes au coulis de monstres (courgettes) et toile d'araignée (fromage) <i>Gluten, céleri, lait</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Fruit de saison		Salade de pâtes vivantes au saumon et crudités maléfiques <i>Gluten, poisson, céleri, œufs, moutarde</i> Biscuit maléfique <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: 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, yaourt, 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 Bruxelles Environnement

 : Plat contenant de la viande de porc

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

 : 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.