



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

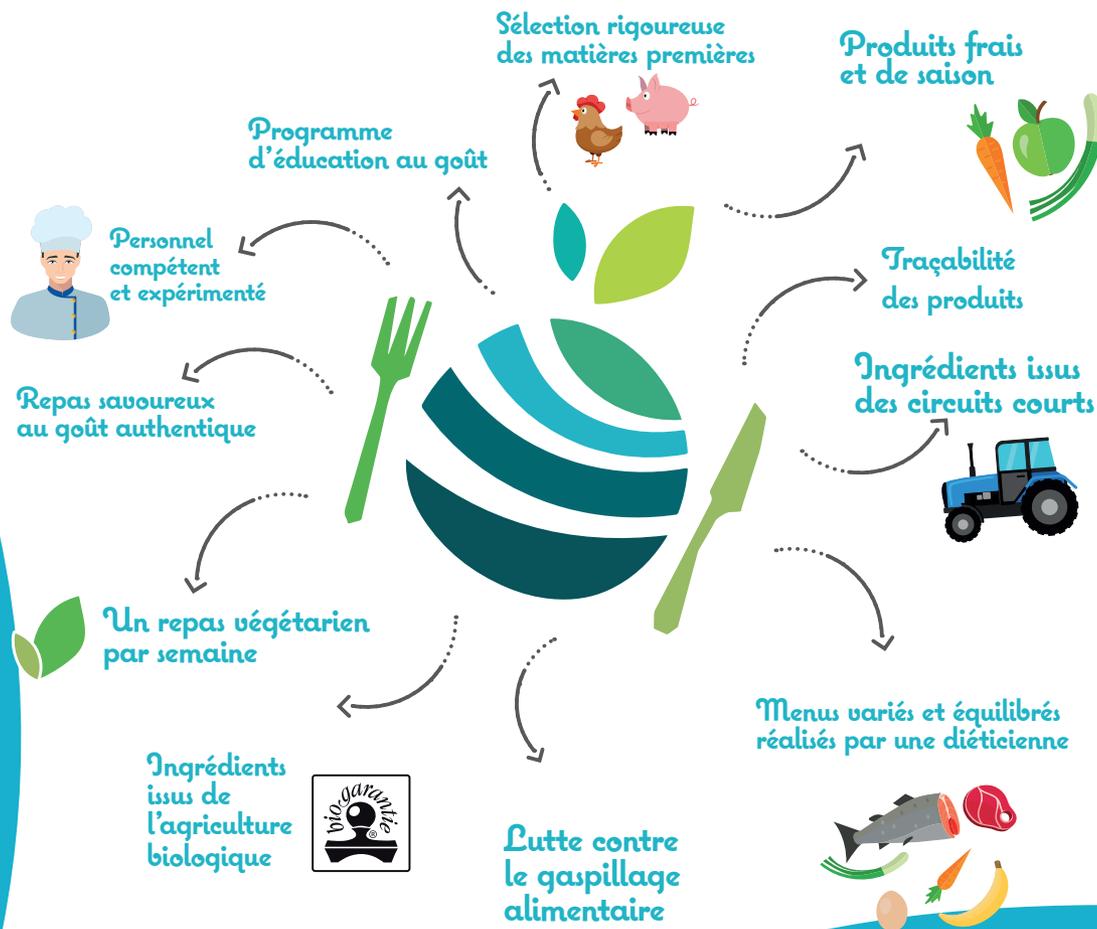
A TABLE !
ON VA SE REGALER...



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 SCHAERBEEK

| Lundi 29/8 | Mardi 30/8 | Mercredi 31/8 | Jeudi 1/9 | Vendredi 2/9 |
|---|---|---|--|--|
| Potage céleri BIO <i>Céleri</i> | Potage oignons BIO <i>Céleri</i> | Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i> | Potage poireaux BIO <i>Céleri</i> | Potage carottes BIO <i>Céleri</i> |
| Ratatouille (tomates, courgettes) Filet de poulet Riz <i>Céleri, gluten, œufs, lait</i> | Carottes Raviolis (bœuf et poulet) Sauce tomate et basilic Fromage râpé <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i> |  Waterzooï de poissons aux légumes (poireaux, céleri, carottes) Pommes de terre nature <i>Poissons, soja, lait, gluten, céleri Alternatives végétariennes</i> |  Petits pois Spiringue de porc Quinoa <i>Gluten, lait, céleri, moutarde</i> |  Couscous de légumes du chef (carottes, courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten, céleri</i> |
| Ratatouille (tomates, courgettes) Burger végétarien Riz <i>Céleri, gluten, œufs, lait, soja</i> | Carottes Pâtes à la sauce tomate et basilic Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i> | Waterzooï de légumes (poireaux, céleri, carottes) aux haricots blancs Pommes de terre nature <i>Lait, gluten, céleri</i> | Petits pois Omelette Quinoa <i>Oeufs, lait, céleri</i> | Couscous de légumes du chef (carottes, courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten, céleri</i> |
| Compotine | Fruit | Yaourt <i>Lait</i> | Fruit | Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i> |
| Lundi 05 | Mardi 06 | Mercredi 07 | Jeudi 08 | Vendredi 09 |
| Potage Parmentier BIO <i>Céleri</i> | Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i> | Potage carottes BIO <i>Céleri</i> | Potage tomates BIO <i>Céleri</i> | Potage épinards 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 Dés de volaille Riz <i>Gluten, céleri</i> |  Epinards à la crème Filet de Hoki Pommes de terre persillées <i>Gluten, céleri, lait, poissons, soja Alternatives végétariennes</i> | Salade de betteraves rouges Blanc de volaille Pommes de terre nature <i>Gluten, moutarde, œufs, lait</i> |  Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri) <i>Gluten, céleri</i> |
| Haricots verts Filet de Quorn Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, œufs</i> | Fenouil à la Provençale Haricots rouges Riz <i>Céleri</i> | Epinards à la crème Omelette Pommes de terre persillées <i>Lait, œufs, céleri, gluten</i> | Salade de betteraves rouges Mijoté de pois cassés Pommes de terre nature <i>Céleri, œufs, moutarde</i> | Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri) <i>Gluten, céleri</i> |
| Fruit | Yaourt <i>Lait</i> | Fruit | Fruit | Melon |
| Lundi 12 | Mardi 13 | Mercredi 14 | Jeudi 15 | Vendredi 16 |
| Potage poireaux BIO <i>Céleri</i> | Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i> | Potage courgettes BIO <i>Céleri</i> | Potage tomates BIO <i>Céleri</i> | Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i> |
|  Compote de pommes Saucisse Purée nature <i>Gluten, lait, œufs</i> | Poireaux à la crème Burger de bœuf Pommes de terre nature <i>Gluten, œufs, lait, soja, céleri</i> |  Pâtes complètes au saumon Sauce aux brocolis et lentilles vertes <i>Gluten, poissons, lait, céleri Alternatives végétariennes</i> | Courgettes Rôti de dinde Pommes de terre persillées <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i> |  Chou-fleur Dhal de lentilles Corail aux carottes Riz <i>Céleri</i> |
| Compote de pommes Boulettes végétariennes Purée nature <i>Gluten, lait, soja, œufs, moutarde, sésame, céleri</i> | Poireaux à la crème Omelette Pommes de terre nature <i>Céleri, lait, œufs, gluten</i> | Pâtes complètes Sauce aux brocolis et lentilles vertes Fromage râpé <i>Gluten, lait, céleri</i> | Courgettes Feta aux herbes de Provence Pommes de terre persillées <i>Céleri, Lait</i> | Chou-fleur Dhal de lentilles Corail aux carottes Riz <i>Céleri</i> |
| Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i> | Yaourt <i>Lait</i> | Fruit | Fruit | Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i> |
| Lundi 19 | Mardi 20 | Mercredi 21 | Jeudi 22 | Vendredi 23 |
| Potage carottes BIO <i>Céleri</i> | Potage oignons BIO <i>Céleri</i> | Potage St Germain BIO <i>Céleri</i> | Potage épinards BIO <i>Céleri</i> | Potage céleri BIO <i>Céleri, moutarde</i> |
| Haricots verts Blanc de volaille Purée nature <i>Lait, œufs, gluten, céleri</i> | Vol-au-vent aux champignons Riz <i>Gluten, céleri, lait</i> |  Crudités , dressing Filet de Colin Purée nature <i>Poissons, soja, lait, œufs, moutarde, gluten, céleri Alternatives végétariennes</i> |  Brocoli Pain de viande, sauce moutardée Pommes de terre rôties <i>Lait, moutarde, œufs, gluten, soja</i> |  Tajine de légumes (carottes, courgettes) aux lentilles vertes Pommes de terre <i>Céleri</i> |
| Haricots verts Mijoté de lentilles Purée nature <i>Lait, céleri</i> | Dés de Quorn Sauce aux champignons Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i> | Crudités , dressing Omelette Purée nature <i>Oeufs, lait, moutarde, céleri</i> | Brocoli Pois chiches grillés Pommes de terre rôties <i>Céleri</i> | Tajine de légumes (carottes, courgettes) aux lentilles vertes Pommes de terre <i>Céleri</i> |
| Fruit | Fruit | Yaourt <i>Lait</i> | Fruit | Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i> |
| Lundi 26 | Mardi 27 | Mercredi 28 | Jeudi 29 | Vendredi 30 |
| Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i> | <i>Congé</i> | Potage céleri BIO <i>Céleri</i> | Potage poireaux BIO <i>Céleri</i> | Potage chou-fleur persil <i>Céleri</i> |
| Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, Lait, Soja, Oeufs, Céleri Alternatives végétariennes</i> | |  Dés de céleri-rave Filet de Cabillaud, sauce tomate Petit épeautre <i>Poissons, soja, lait, moutarde, gluten, céleri</i> |  Crudités , dressing Rôti de porc Purée nature <i>Lait, gluten, œufs, moutarde Alternatives végétariennes</i> |  Pâtes à la Primavera Verde (courgettes, brocolis, petits pois, haricots verts) Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait</i> |
| Pâtes Sauce tomate au basilic Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait</i> | | Dés de céleri-rave Dés de quorn, sauce tomate Petit épeautre <i>Gluten, lait, œufs, céleri</i> | Crudités , dressing Omelette Purée nature <i>Oeufs, lait, moutarde</i> | Pâtes à la Primavera Verde (courgettes, brocolis, petits pois, haricots verts) Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait</i> |
| Fruit | | Fruit | Fruit | Fruit |

Viva



 : Plat végétarien
 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, 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 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 (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. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

