



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

**BONJOUR**  
LES ENFANTS  
ET LES PARENTS !

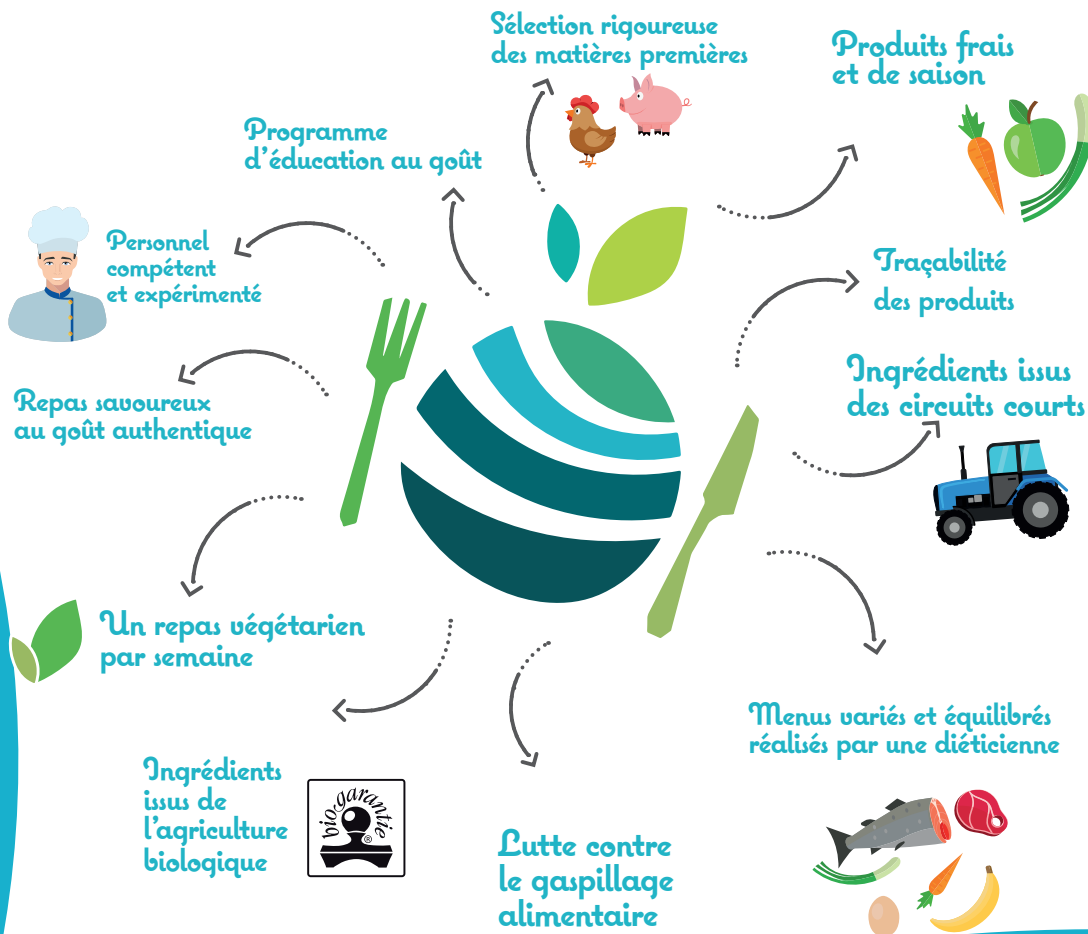
Moi c'est Lili

et moi c'est Sam



Vous avez rendez-vous chaque mois  
sur le dos du menu  
**avec de chouettes infos !**

**TCO Service** est votre fournisseur des repas  
scolaires **sains et durables !**






**Pour en savoir plus sur TCO service,**  
suivez-nous sur Facebook et Instagram  
ou visitez notre site <https://tcoservice.be>

# MENU AOUT-SEPTEMBRE 2023





## ECOLE DE SCHAERBEEK

Lundi 28/8	Mardi 29/8	Mercredi 30/8	Jeudi 31/8	Vendredi 1/9
Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri, moutarde</i>	Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>chou-fleur</b> <i>Céleri</i>
<b>Brocolis</b> Filet de poulet Riz <i>Céleri, gluten, œufs, lait</i>	<b>Courgettes</b> Raviolis (bœuf et poulet) Sauce <b>tomate</b> et basilic Fromage râpé <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>	 Waterzooï de poissons aux légumes ( <b>poireaux, céleri, carottes</b> ) Pommes de terre nature <i>Poissons, soja, lait, gluten, céleri</i> Alternatives végétariennes	 Petits pois Spiringue de porc Quinoa <i>Gluten, lait, céleri, moutarde</i>	 Couscous de légumes du chef ( <b>carottes, courgettes, pois chiches</b> ) Semoule <i>Gluten, céleri</i>
<b>Brocolis</b> Riz aux lentilles <i>Céleri, lait</i>	<b>Courgettes</b> Pâtes à la sauce <b>tomate</b> et basilic Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Waterzooï de légumes ( <b>poireaux, céleri, carottes</b> ) aux haricots blancs Pommes de terre nature <i>Lait, gluten, céleri</i>	Petits pois Omelette Quinoa <i>Œufs, lait, céleri</i>	Couscous de légumes du chef ( <b>carottes, courgettes, pois chiches</b> ) Semoule <i>Gluten, céleri</i>
Compotine	Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>
Lundi 04	Mardi 05	Mercredi 06	Jeudi 07	Vendredi 08
Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>brocolis</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>
<b>Haricots verts</b> Filet de cuisse de poulet Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	<b>Fenouil</b> à la Provençale Emincés de volaille Riz <i>Gluten, céleri</i>	 <b>Crudités</b> , dressing Filet de Cabillaud Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, poissons, soja, œufs, moutarde</i> Alternatives végétariennes	Salade de <b>betteraves rouges</b> Filet de poulet Pommes de terre nature <i>Gluten, moutarde, œufs, lait</i>	 Pâtes E FAGIOLI ( <b>tomates, carottes, haricots blancs, céleri</b> ) <i>Gluten, céleri</i>
<b>Haricots verts</b> Filet de Quorn Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, œufs</i>	<b>Fenouil</b> à la Provençale Haricots rouges Riz <i>Céleri</i>	<b>Crudités</b> , dressing Œuf dur Pommes de terre nature <i>Œufs, moutarde, céleri</i>	Salade de <b>betteraves rouges</b> Dés de gouda Pommes de terre nature <i>Œufs, moutarde, lait</i>	Pâtes E FAGIOLI ( <b>tomates, carottes, haricots blancs, céleri</b> ) <i>Gluten, céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
Potage <b>parmentier</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>potimarrons</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>
 Compote de <b>pommes</b> Saucisse Pommes de terre persillées <i>Gluten, lait, œufs</i>	 Potée Liégeoise ( <b>haricots verts, lardons, pommes de terre</b> ) <i>Céleri, œufs, moutarde</i>	 Pâtes complètes au saumon Sauce aux <b>brocolis</b> et lentilles vertes <i>Gluten, poissons, lait, céleri</i> Alternatives végétariennes	<b>Courgettes</b> Filet de cuisse de poulet Pommes de terre rôties <i>Lait, œufs, gluten, céleri</i>	 <b>Chou-fleur</b> Dhal de lentilles Corail ( <b>carottes, tomates, lait de coco</b> ) Riz <i>Céleri, moutarde</i>
Compote de <b>pommes</b> Boulettes végétariennes Pommes de terre persillées <i>Gluten, lait, soja, œufs, moutarde, sésame, céleri</i>	Potée Liégeoise végétarienne ( <b>haricots verts, tofu, pommes de terre</b> ) <i>Céleri, œufs, moutarde, soja</i>	Pâtes complètes Sauce aux <b>brocolis</b> et lentilles vertes Fromage râpé <i>Gluten, lait, céleri</i>	<b>Courgettes</b> Feta aux herbes de Provence Pommes de terre rôties <i>Céleri, Lait</i>	<b>Chou-fleur</b> Dhal de lentilles Corail ( <b>carottes, tomates, lait de coco</b> ) Riz <i>Céleri, moutarde</i> Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Fruit	Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	
Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
Potage lentilles vertes BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>potimarrons</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>
<b>Cuidités</b> , dressing Burger de boeuf Pommes de terre nature <i>Lait, gluten, céleri, œufs, moutarde</i>	Dés de <b>céleri-rave</b> , sauce <b>tomate</b> Boulette de volaille Orge <i>Gluten, œufs, céleri</i>	 <b>Crudités</b> , dressing Filet de Colin Purée nature <i>Poissons, soja, lait, œufs, moutarde, gluten, céleri</i> Alternatives végétariennes	 <b>Brocoli</b> Rôti de porc Pommes de terre rôties <i>Gluten, lait, moutarde, céleri</i>	 Pâtes aux légumes ( <b>carottes, tomates, courgettes</b> ) et légumineuses (lentilles) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>
<b>Cuidités</b> , dressing Omelette Pommes de terre nature <i>Œufs, lait, céleri, moutarde</i>	Dés de <b>céleri-rave</b> , sauce <b>tomate</b> Boulettes végétariennes Orge <i>Gluten, lait, œufs, céleri, moutarde, soja</i>	<b>Crudités</b> , dressing Omelette Purée nature <i>Œufs, lait, moutarde, céleri</i>	<b>Brocoli</b> Pois chiches grillés Pommes de terre rôties <i>Céleri</i>	Pâtes aux légumes ( <b>carottes, tomates, courgettes</b> ) et légumineuses (lentilles) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i> Fromage <i>Lait</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fruit	
Lundi 25	Mardi 26	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 29
Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>	<i>Congé</i>	Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>chou-fleur</b> persil <i>Céleri</i>
Paëlla au poulet ( <b>haricots verts, petits pois, poivrons</b> ) <i>Céleri, œufs</i> Alternatives végétariennes	Vol-au-vent aux <b>champignons</b> Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>		 <b>Crudités</b> , dressing Filet de Lieu noir Pommes de terre persillées <i>Céleri, Œufs, Moutarde, Poissons, Gluten, Soja</i> Alternatives végétariennes	 Pâtes complètes à la Primavera Verde ( <b>courgettes, brocolis, petits pois, haricots verts</b> ) Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait, Sésame</i>
Paëlla végétarienne ( <b>haricots verts, petits pois, poivrons</b> ) <i>Céleri, œufs</i>	Dés de Quorn Sauce aux <b>champignons</b> Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>		<b>Crudités</b> , dressing Omelette Pommes de terre persillées <i>Œufs, lait, moutarde, céleri</i>	Pâtes complètes à la Primavera Verde ( <b>courgettes, brocolis, petits pois, haricots verts</b> ) Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait, Sésame</i> Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Pastèque	Fruit		Yaourt <i>Lait</i>	

 : Plat végétarien  
 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : 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 corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, 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).  
**70% local**: 70% 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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

SI 29 SF ALT V6 TL2