
















Lundi 08		Mardi 09		Mercredi 10		Jeudi 11		Vendredi 12	
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>		Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>		Potage épinards BIO <i>Céleri</i>		Congé Commémoration du 11 novembre		Potage potiron BIO <i>Céleri</i>	
Navets au beurre et son coulis de tomate Filet de cuisse de poulet Petit épeautre <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>		 Stoemp aux carottes Filet de Cabillaud <i>Poissons, soja, gluten, céleri, lait</i>		 Choux de Bruxelles Rôti de porc Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, moutarde</i>				Champignons Pâtes sauce forestière Lardinettes de dinde <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	
Navets au beurre et son coulis de tomate Mijoté de pois cassés Petit épeautre <i>Gluten, lait, céleri</i>		Alternatives végétariennes Stoemp aux carottes Lentilles vertes <i>Lait, céleri</i>		Choux de Bruxelles Tofu Pommes de terre nature <i>Soja, céleri</i>				Alternatives végétariennes Champignons Pâtes sauce forestière Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Fruit				Compote de pommes	
Lundi 15		Mardi 16		Mercredi 17		Jeudi 18		Vendredi 19	
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>		Potage haricots rouges BIO <i>Céleri</i>		Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>		Potage champignons BIO <i>Céleri</i>	
Brocolis Burger de bœuf Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, soja, œufs</i>		 Crudités de saison Dressing du chef Filet de colin Riz <i>Poissons, céleri, œufs, moutarde, soja, gluten</i>		Bettes à la crème Rôti de volaille Pommes de terre persillées <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>		 Pâtes aux courgettes et pesto Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>		 Ragout de bœuf scandinave aux carottes Purée nature <i>Gluten, lait, moutarde, céleri</i>	
Brocolis Burger de légumes Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri</i>		Crudités de saison Dressing du chef Omelette Riz <i>Lait, œufs, moutarde</i>		Bettes à la crème Lentilles corail Pommes de terre persillées <i>Lait, céleri</i>		Pâtes aux courgettes et pesto Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>		Mijoté de lentilles aux carottes Purée nature <i>Céleri</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Fruit		Fruit		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	
Lundi 22		Mardi 23		Mercredi 24		Jeudi 25		Vendredi 26	
Potage Carottes BIO <i>Céleri</i>		Potages lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>		Bouillon de légumes BIO <i>Céleri</i>		Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>		Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	
Légumes oubliés (panais, céleri-rave, topinambour) Filet de poulet Riz <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>		 Pâtes à la Norvégienne (saumon et épinards) <i>Poissons, gluten, céleri, lait</i>		Poireaux à la crème Rosbif Purée nature <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Couscous de légumes du chef (potimarrons, chou-fleur) <i>Gluten, céleri</i>		 Carottes persillées Saucisse de campagne Quinoa <i>Gluten, lait, œufs</i>	
Légumes oubliés (panais, céleri-rave, topinambour) Lentilles vertes Riz <i>Gluten, céleri</i>		Pâtes Feta et épinards <i>Gluten, céleri, lait</i>		Poireaux à la crème Omelette Purée nature <i>Céleri, lait, œufs</i>		Couscous de légumes du chef (potimarrons, chou-fleur) <i>Gluten, céleri</i>		Carottes persillées Boulettes végétariennes Quinoa <i>Gluten, œufs, soja</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Fruit		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>		Fruit	
Lundi 29		Mardi 30							
Potage oignons BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>							
Chou rouge aux pommes et groseilles Boulette de volaille Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, moutarde, œufs</i>		 Crudités de saison Dressing du chef Fish stick Purée nature <i>Poissons, gluten, œufs, moutarde, lait</i>							
Chou rouge aux pommes et groseilles Pois chiches Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri</i>		Alternatives végétariennes Crudités de saison Dressing du chef Burger au chou-fleur Purée nature <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		Fruit					
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit							

 : 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 corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires (garanties d'origine belge de septembre à juin), pommes (garanties d'origine belge de septembre à juin), tomates pelées, huile d'olive.

**20% BIO:** repas avec minimum 20% d'ingrédients BIO. Certifié par [www.certisys.eu](http://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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

