













MENU FEVRIER 2022

ECOLE D'OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

| | Mardi 1 | Jeudi 3 | Vendredi 4 |
|---|---|---|--|
|  | Potage tomates BIO <i>Céleri</i> | Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i> | Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i> |
| |  Stoemp aux carottes Filet de cabillaud <i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten</i> |  Dahl de lentilles corail aux tomates et lait de coco Pommes de terre nature <i>Céleri</i> | Pâtes (complètes) au pesto vert Brocoli Emincés de dinde <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i> |
| | Jambon de dinde, crudités, pain gris <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i> |  Salade de quinoa, saumon, petits légumes <i>Poissons, gluten, céleri</i> |  Houmous, crudités, baguette grise <i>Œufs, moutarde, gluten, sésame</i> |
| | Fruit | Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i> | Fruit |
| Lundi 7 | Mardi 8 | Jeudi 10 | Vendredi 11 |
| Potage carottes persil BIO <i>Céleri</i> | Potage oignons BIO <i>Céleri</i> | MENU TEX-MEX Potage poivrons rouges BIO <i>Céleri</i> | Potage potiron BIO <i>Céleri</i> |
| Chou rouge aux pommes  Spiringue de porc Pommes de terre persillées <i>Gluten, lait, moutarde</i> |  Pâtes à la Norvégienne (saumon, épinards) <i>Poissons, céleri, gluten, lait</i> |  Crudités de saison, dressing  Chili sin carne (tomates, maïs, haricots rouges) Wraps / Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i> |  Cubes de céleri rave grillés Omelette Frites / Purée nature <i>Œufs, lait, céleri, gluten, /arachides</i> |
|  Omelette, chou râpé, pain gris <i>Œufs, gluten, céleri, lait</i> | Wraps César (poulet, salade, maïs) <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i> | Salade de riz (dés de poulet, petits pois) <i>Céleri, œufs, moutarde</i> | Pêches au thon, baguette muticéréales <i>Gluten, poissons, œufs, moutarde, céleri, sésame</i> |
| Yaourt <i>Lait</i> | Fruit | Riz au lait <i>Lait</i> | Fruit |
| Lundi 14 | Mardi 15 | Jeudi 17 | Vendredi 18 |
| Potage tomates BIO <i>Céleri</i> | Potage poireaux BIO <i>Céleri</i> | Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i> | Potage St-Germain BIO <i>Céleri</i> |
| Chou blanc à la crème Burger de bœuf Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, œufs, soja, céleri</i> |  Colombo de poissons (courgettes, tomates, lait de coco) Riz <i>Poissons, céleri, soja, moutarde, gluten</i> |  Pâtes aux légumes et aux légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i> |  Crudités de saison, dressing Filet de quorn Sauce à l'orange Quinoa <i>Gluten, céleri, œufs, moutarde</i> |
| Salade de boulgour, dés de poulet, crudités <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i> |  Salade d'œufs, champignons, pommes de terre <i>Œufs, céleri, lait, moutarde</i> |  Taboulé aux légumes et feta <i>Gluten, œufs, moutarde, lait</i> |  Wraps (salade de thon au yaourt, concombres) <i>Gluten, lait, poissons, céleri</i> |
| Yaourt <i>Lait</i> | Fruit | Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i> | Fruit |
| Lundi 21 | Mardi 22 | Jeudi 24 | Vendredi 25 |
| Potage céleri BIO <i>Céleri</i> | Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i> | Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i> | CARNAVAL Potage carottes BIO <i>Céleri</i> |
|  Blanquette de tofu aux légumes (carottes, panais, petits pois) Frites / Pommes de terre <i>Gluten, céleri, lait, soja, /arachides</i> |  Fenouil, sauce tomatée Filet de Hoki Petit épeautre <i>Poissons, céleri, soja, gluten</i> |  Pâtes Sauce fromage aux champignons <i>Gluten, céleri, lait</i> |  Boulette de volaille Sauce Arlequin aux petits légumes Purée ciboulette <i>Gluten, céleri, œufs, lait, moutarde</i> |
|  Salade de pâtes, mozzarella, pesto <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i> | Salade de riz Hawaï (poulet, ananas, maïs) <i>Œufs, moutarde, céleri</i> |  Pain de viande, crudités, sandwich <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja, moutarde</i> |  Wraps (houmous, carottes râpées) <i>Gluten, sésame</i> |
| Yaourt <i>Lait</i> | Fruit | Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i> | Orange des Gilles |

 : Plat végétarien
 : Poisson labélisé 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.

25% BIO: repas avec minimum 20% 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.