






























Lundi 08		Mardi 09		Jeudi 11		Vendredi 12	
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>		Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>		Congé Commémoration du 11 novembre		Potage potiron BIO <i>Céleri</i>	
 Navets au beurre et son coulis de tomate Mijoté de pois cassés Petit épeautre <i>Gluten, lait, céleri</i>		 Stoemp aux carottes Filet de Cabillaud <i>Poissons, soja, gluten, céleri, lait</i>				 Champignons Pâtes sauce forestière Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	
 Salade de pâtes, mozzarella, pesto <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>		 Salade de poisson, crudités, pain gris <i>Poissons, céleri, œufs, moutarde, gluten</i>				 Brie, miel, noix, crudités, baguette multicéréales <i>Céleri, œufs, moutarde, lait, gluten, sésame, fruits à coque</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit				Compote de pommes	
Lundi 15		Mardi 16		Jeudi 18		Vendredi 19	
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>		Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>		Potage champignons BIO <i>Céleri</i>	
 Brocolis Burger de légumes Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri</i>		 Crudités de saison Dressing du chef Filet de colin Riz <i>Poissons, céleri, œufs, moutarde, soja, gluten</i>		 Pâtes aux courgettes et pesto Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>		 Ragoût de bœuf scandinave aux carottes Frites / purée nature <i>Gluten, lait, moutarde, céleri, /arachides</i>	
Salade liégeoise (lardinettes de dinde, haricots, pommes de terre) <i>Céleri, œufs, moutarde</i>		 Assortiment de fromages, carottes râpées, pain blanc <i>Gluten, lait, œufs, moutarde, céleri</i>		 Salade de lentilles, feta, pommes, noix <i>Lait, fruits à coque, céleri</i>		 Salade de quinoa, saumon, petits légumes <i>Poissons, gluten, céleri</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Fruit		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	
Lundi 22		Mardi 23		Jeudi 25		Vendredi 26	
Potage Carottes BIO <i>Céleri</i>		Potages lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>		Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>		Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	
 Légumes oubliés (panais, céleri-rave, topinambour) Lentilles vertes Riz <i>Gluten, céleri</i>		 Pâtes à la Norvégienne (saumon et épinards) <i>Poissons, gluten, céleri, lait</i>		 Couscous de légumes du chef (potimarrons, chou-fleur) <i>Gluten, céleri</i>		 Carottes persillées Saucisse de campagne Frites / quinoa <i>Gluten, lait, œufs, /arachides</i>	
 Taboulé aux légumes et feta <i>Gluten, œufs, moutarde, lait</i>		 Houmous, crudités, baguette grise <i>Œufs, moutarde, gluten, sésame</i>		Salade de riz Hawaï (poulet, ananas, carottes râpées) <i>Œufs, moutarde, céleri</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 29		Mardi 30					
Potage oignons BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>					
 Chou rouge aux pommes et groseilles Pois chiches Pommes de terre nature <i>Céleri</i>		 Crudités de saison Dressing du chef Fish stick Purée nature <i>Poissons, gluten, œufs, moutarde, lait</i>					
 Salade de quinoa, saumon, petits légumes <i>Poissons, gluten, céleri</i>		 Omelette, crudités, pistolet <i>Œufs, moutarde, gluten</i>					
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit					

 : 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.

20% 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.

