

DU 4 AU 14 OCTOBRE 2023  
**C'EST LA SEMAINE  
DU COMMERCE  
EQUITABLE !**

**FAIR  
TRADE  
ON  
BOARD**

Comme chaque année, TCO Service te concoctera un menu « fair trade\* » : poulet curry, riz et comme dessert, **une banane bio et équitable !**

### **Pourquoi TCO Service préfère les bananes du commerce équitable?**

Dans les plantations de bananes Fairtrade, les conditions de travail sont règlementées, un cahier des charges présente des exigences économiques et sociales spécifiques :

- **L'interdiction stricte du travail des enfants**
- **Un salaire de base minimum** pour les travailleurs
- **Une prime de développement** qui peut servir à financer des projets communautaires (écoles, centres de santé...) ou être partiellement distribuée aux travailleurs.
- **Le respect des droits sociaux**
- **L'Utilisation de vêtements de protection.**

**Il existe plusieurs labels fair trade :**






\* fair trade : Commerce Equitable. Il assure une juste rémunération aux producteurs.

# MENU OCTOBRE 2023

## ECOLES D'OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

| Lundi 02  | Mardi 03  | Jeudi 05  | Menu équitabile  | Vendredi 06   |
|---|---|---|--|---|
| Potage <b>céleri</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>tomates</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>poireaux</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |   | Potage <b>chou-fleur</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |
|  Petits pois, sauce <b>tomate</b><br>Omelette<br>Frites<br><br><i>Oeufs, lait, céleri, arachides</i>                                 |  Filet de cabillaud<br>Potée aux carottes<br><br><i>Poissons, soja, céleri, gluten, lait</i>   |  Couscous<br>de légumes du chef<br>( <b>carottes, courgettes,</b><br>pois chiches), semoule<br><br><i>Gluten, céleri</i>                       |  |  <b>Haricots verts</b><br>Poulet curry au lait de coco<br>Riz équitabile<br><br><i>Céleri, gluten, lait, moutarde, œufs</i>                      |
| Filet de poulet,<br><b>crudités</b> , pain gris<br><br><i>Gluten, céleri, œufs, moutarde</i>  |  Salade de <b>tomates</b> ,<br>dés de gouda, sandwich<br><br><i>Lait, eluten, œufs, moutarde</i>                                       |  Salade de quinoa, batonnets<br>de <b>carottes</b> , saumon belle-vue<br><br><i>Poissons, céleri, œufs, moutarde</i>                           |  Salade de pois chiches à<br>l'indienne, riz équitabile, <b>chou-fleur</b><br><br><i>Moutarde, céleri</i>   |   |
| Fruit   | Yaourt<br><i>Lait</i>   | Fromage<br><i>Lait</i>  | <b>SEMAINE DU COMMERCE EQUITABLE</b>   |   |
| Lundi 9   | Mardi 10  | Jeudi 12  | Vendredi 13  |   |
| Potage <b>brocoli</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>céleri</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage oignons BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>potimarrons</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |   |
|  <b>Courgettes</b> au pesto<br>Burger végétarien<br>Quinoa<br><br><i>Gluten, céleri, œufs, lait, fruits à coque, soja, moutarde</i> |  <b>Crudités</b> , dressing<br>Filet de Colin<br>Pommes de terre nature<br><br><i>Poissons, gluten, céleri, soja, œufs, moutarde</i>   |  Tajine de légumes<br>( <b>courgettes, carottes</b> )<br>aux lentilles et graines<br>de sésame<br>Pommes de terre<br><br><i>Céleri, sésame</i> |  Pâtes (complètes)<br>Bolognaise de bœuf<br>( <b>tomates, carottes, oignons</b> )<br>Fromage râpé<br><br><i>Gluten, Lait, Soja, Oeufs, Céleri</i> |   |
|  Houmous, <b>crudités</b> ,<br>baguette grise<br><br><i>Œufs, moutarde, gluten, sésame</i>  | Wraps César<br>(poulet, <b>salade</b> , maïs)<br><br><i>Gluten, céleri, œufs, moutarde</i>  |  Salade de pâtes,<br>feta, <b>courgettes</b><br><br><i>Lait, céleri, gluten</i>  |  Pêche au thon, <b>salade</b> ,<br>pain gris<br><br><i>Poissons, œufs, moutarde, céleri, gluten</i>   |   |
| Fruit   | Yaourt<br><i>Lait</i>   | Chocolat<br><i>Lait, soja, fruits à coque</i>   | Fruit  |   |
| <b>SEMAINE DU COMMERCE EQUITABLE</b>  |   |   |  |   |
| Lundi 16  | Mardi 17  | Jeudi 19  | Halloween  | Vendredi 20   |
| Potage St Germain BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>tomates</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>poireaux</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |   | Cocktail aux <b>épinards</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |
|  <b>Carottes</b><br>Boulette de volaille<br>Frites<br><br><i>Gluten, céleri, lait, œufs, arachides</i>                             |  <b>Crudités</b> , dressing<br>Filet de Lieu noir<br>Purée nature<br><br><i>Poissons, céleri, lait, soja, gluten, œufs, moutarde</i> |  Chili sin carne<br>( <b>tomates, carottes, maïs,</b><br>haricots rouges)<br>Riz<br><i>Céleri</i>  |  |  Marmite de pâtes (complètes)<br>au <b>potiron</b> magique<br>et perles de lentilles Corail<br>Fromage râpé<br><br><i>Gluten, céleri, lait</i> |
| Boulettes végétariennes, <b>crudités</b> ,<br>sauce au yaourt, pain gris<br><br><i>Gluten, sésame, lait, céleri, œufs, moutarde, soja</i>   |  Salade de riz, jambon,<br>œufs, petits légumes<br><br><i>Œufs, moutarde</i>   |  <b>Crudités</b> , dressing, mousse<br>de poissons, pain blanc<br><br><i>Œufs, Moutarde, Poissons, Gluten, Céleri</i>                        |  Salade de pâtes, <b>tomates</b> ,<br>mozzarella, pesto vert<br><br><i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>                                 |   |
| Fruit   | Yaourt<br><i>Lait</i>   | Fruit   | Biscuit maléfique<br><i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>   |   |

 : Plat végétarien  
 : Poisson labélisé 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, oeufs, 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:** repas avec 70% de produits locaux.

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. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

