


Lundi 7	Mardi 8	Jeudi 10	Vendredi 11
Potage haricots rouges BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>
Salsifis au beurre Haut de cuisse de poulet Boulgour  <i>Gluten, céleri, lait, œuf</i>	 Pâtes à la norvégienne saumon - épinards  <i>Poissons, céleri, gluten, lait</i>	 Tajine de légumes Pommes de terre  <i>Céleri</i>	 Choucroute Saucisse de Frankfort Purée nature  <i>Céleri, lait, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
Potage lentilles vertes BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage panais BIO <i>Céleri</i>
Navets, sauce tomate Boulettes de volaille Riz  <i>Gluten, lait, moutarde, céleri, œufs</i>	 Choux de Bruxelles Filet de colin Purée nature  <i>Poissons, céleri, soja, gluten, lait</i>	 Couscous de légumes du chef (carottes, courgettes, pois chiches) Semoule  <i>Céleri, gluten</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé  <i>Gluten, céleri, œufs, lait, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>
Carottes vichy Filet de poulet, sauce à l'orange Quinoa  <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>	 Courgettes Filet de Cabillaud Sauce Créole Purée de Patates douces  <i>Poissons, gluten, lait, soja, céleri</i>	 Pâtes Sauce ricotta épinards  <i>Gluten, lait, céleri</i>	 Compote de pommes Boudin Pommes de terre persillées  <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Banane	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 28	Mardi 29	Jeudi 31	
Potage St Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates persil BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	
Boeuf Stroganoff Champignons Pommes de terre  <i>Céleri, moutarde, œufs, lait</i>	 Crudités, dressing Filet de lieu noir Purée nature  <i>Poissons, soja, œufs, moutarde, céleri, lait, gluten</i>	 Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé  <i>Gluten, céleri, lait</i>	
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</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 (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 25% 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.

