


MENU DECEMBRE 2022 ECOLE DE MARBAIS





St-Nicolas

Lundi 05		Mardi 06	Mercredi 07	Jeudi 08	Vendredi 09
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>		Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage Poireaux BIO <i>Céleri</i>
 Compote de pommes Boudin Pommes de terre nature <i>Gluten, lait</i>	 Crudités , dressing Filet de Colin Purée nature <i>Poissons, céleri, gluten, soja, œufs, moutarde, lait, sulfites</i>			 Purée d' épinards Omelette Coulis de légumes <i>Œuf, céleri, lait</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Spéculoos <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>			Fromage <i>Lait</i>	Fruit
Lundi 12		Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage brocoli BIO <i>Céleri</i>		Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>
Champignons Vol-au-vent de volaille Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Purée de potiron Filet de Hoki <i>Poissons, céleri, gluten, lait, soja</i>			 Pennes complètes Courgettes au pesto Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Chou rouge aux pommes Filet de cuisse de poulet Pommes de terre persillées <i>Gluten, lait, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit			Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 19		Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23
Potage haricots blancs BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage brunoise BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>
Carottes Carbonnade de bœuf Orge perlé <i>Gluten, lait, moutarde, céleri</i>	 Crudités , dressing Filet de colin Pommes de terre nature <i>Poissons, céleri, gluten, soja, œufs, moutarde, sulfites</i>			 Curry de pois chiches à l'indienne (chou-fleur, oignons , pois chiches, lait de coco) Riz <i>Céleri, moutarde, lait</i>	Rôti de dinde sauce aux airelles Poules au sirop Gratin dauphinois <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit			Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>



 : 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.

35% BIO: repas avec minimum 35% d'ingrédients BIO. Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)

70% local: repas avec 70% de produits locaux.

Allergènes à mention obligatoire, présents comme ingrédients dans le menu (Règlement UE n°1169/2011).

Pour toutes questions sur les allergènes, contacter notre diététicienne par email : allergie@tcoservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

