

# MENU AVRIL 2024

lundi 01	mardi 02	jeudi 04	vendredi 05
Congé 	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>  Thon, sauce tomate aux légumes (navets, courgettes) Semoule <i>Gluten (blé), poissons, céleri</i> Fruit	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>  Pâtes aux légumes (carottes, tomates, courgettes) et légumineuses <i>Gluten (blé), lait, céleri</i> Yaourt <i>Lait</i>	Potage St Germain BIO <i>Céleri</i>  Compote de pommes Boudin blanc Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri, moutarde</i> Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
	<b>LES ANTILLES</b>		
lundi 08	mardi 09	jeudi 11	vendredi 12
Potage épinards BIO <i>Céleri</i> Bœuf façon Stroganoff (tomates, champignons) Riz <i>Lait, céleri, moutarde</i> Yaourt <i>Lait</i>	Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>  Filet de Cabillaud, sauce créole Courgettes Purée de patates douces  <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i> Fruit	Potage cresson BIO <i>Céleri</i>  Pâtes (complètes) au pesto vert et petits pois Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i> Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Potage tomates persil BIO <i>Céleri</i> Carottes Boulette de volaille Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i> Fromage <i>Lait</i>
lundi 15	mardi 16	jeudi 18	vendredi 19
Potage panais BIO <i>Céleri</i> Vol-au-vent (champignons) Pommes de terre <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i> Yaourt <i>Lait</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>  Potée aux carottes Filet de Hoki <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i> Fruit	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>  Riz aux petits légumes (carottes, petits pois, oignons) et lentilles vertes <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">             ASSIETTE SOLIDAIRE              Bénéfices versés à l'ONG HUMUNDI           </div>  Fruits secs <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>  Pâtes complètes Sauce jambon-fromage-brocoli <i>Gluten (blé), lait, céleri</i> Chocolat <i>Lait</i>
lundi 22	mardi 23	jeudi 25	vendredi 26
Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i> Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Filet de poulet Boulghour <i>Gluten (blé), céleri</i> Yaourt <i>Lait</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>  Pâtes à la norvégienne saumon - épinards <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i> Fruit	Potage patates douces BIO <i>Céleri</i>  Dahl de lentilles corail Chou-fleur persillé Riz <i>Céleri, moutarde</i> Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Potage cresson BIO <i>Céleri</i> Crudités, vinaigrette Burger de bœuf Purée nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i> Fruit

 : Plat végétarien

 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, 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:** boulghour, 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, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de bœuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01).

**70% local:** 70% des ingrédients sont d'origine locale.

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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

