



**MENU JUIN 2021  
CPAS de WASSEIGES**

	Mardi 01	Mercredi 02	Jeudi 03	Vendredi 04	Samedi 05	Dimanche 06
	Potage cerfeuil <i>Céleri</i>	Potage épinards <i>Céleri</i>	Minestrone <i>Céleri, gluten</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage parmentier <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>
	Crêpinette de veau Bettes à la crème Purée nature  <i>Gluten, œufs, soja, lait</i>	Pâtes à la Carbonara Emincé de dinde  <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	Sauté de porc Chou-fleur à la polonaise Pommes nature  <i>Gluten, céleri, œufs</i>	Filet de Hoki Sauce tomate aux petits pois Riz persillé  <i>Céleri, poisson</i>	Tomates Mozzarella Basilic et pesto Pâtes  <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>	Langue de bœuf Sauce Madère Bouquetière de légumes Gratin dauphinois  <i>Gluten, céleri, lait</i>
	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Pudding vanille maison <i>Lait, œufs</i>	Fruit de saison	Compote pomme et poire	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>
	Repas alternatif : Hachis parmentier (porc et bœuf) <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>					
Lundi 07	Mardi 08	Mercredi 09	Jeudi 10	Vendredi 11	Samedi 12	Dimanche 13
Potage céleri <i>Céleri</i>	<b>MENU 100% BIO</b>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>	Potage fenouil <i>Céleri</i>	Potage épinards <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Velouté aux carottes <i>Céleri, lait</i>
Escalope de poulet Salsifis persillé Pommes nature  <i>Gluten, céleri</i>	Potage aux petits pois <i>Céleri</i> Hamburger pur bœuf Ratatouille niçoise Quinoa  <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Pâtes Epinards, poireaux petits lardons Fromage râpé  <i>Gluten, céleri, lait</i>	Cuisse de poulet au curry Ananas grillés Riz  <i>Gluten, céleri</i>	Filet de Saumon Brocolis Pommes en chemise  <i>Poisson, soja, gluten, céleri, lait</i>	Salade Niçoise (thon, crudités, pommes grenaille)  <i>Poisson, lait, œufs, moutarde</i>	Courgettes farcies (porc et bœuf) et leur coulis Pâtes grecques  <i>Gluten, céleri, œufs, soja, lait</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Pudding aux spéculoos <i>Lait, œufs, soja</i>	Fruit de saison	Compote de pommes	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>
Repas alternatif : Saucisse, compote de pommes, purée <i>Gluten, céleri, lait</i>						
Lundi 14	Mardi 14	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Samedi 19	Dimanche 20
Potage cerfeuil <i>Céleri</i>	<b>La cuisine vietnamienne</b>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage Andalou <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Velouté aux asperges <i>Céleri, lait</i>
Boulette (porc et bœuf) Sauce tomates Purée nature  <i>Gluten, céleri, lait</i>	Bouillon Pho <i>Gluten, céleri, œufs, moutarde, soja, sésame</i> Poulet aux légumes et noix de cajou Riz  <i>Gluten, céleri, soja, fruits à coques, arachide</i>	Pâtes Primavera (courgettes, haricots, brocolis) Emincé de bœuf  <i>Gluten, céleri</i>	Chipolata de volaille Compote aux pommes Pommes nature  <i>Gluten, céleri</i>	Filet de Hoki Epinards crème Purée nature  <i>Poisson, céleri, gluten, œufs, soja, lait</i>	Roulade d'asperges au jambon Cruautés de saison Dressing du chef Pommes de terre  <i>Céleri, œufs, moutarde</i>	Ossobuco de dinde à l'italienne Pommes noisette  <i>Gluten, céleri, arachides</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Cake à la noix de coco <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Fruit de saison	Pudding au coulis de fruits <i>Lait, œufs</i>	Fruit de saison	Compote pomme et poire	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>
Repas alternatif : Vol au vent, riz <i>Gluten, céleri, lait</i>						
Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Samedi 26	Dimanche 27
Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage brocolis <i>Céleri</i>	Potage navets <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage petits pois <i>Céleri</i>	Velouté aux Champignons <i>Céleri, lait</i>
Cuisse de poulet Petits pois à la française Pommes persillées  <i>Gluten, céleri, lait</i>	Roulade de chicons au jambon Purée nature  <i>Céleri, œufs, moutarde, gluten, lait</i>	Risotto de champignons au parmesan  <i>Gluten, céleri, lait</i>	Boulettes de volaille A la sauce tomate et ses petits légumes Pommes nature  <i>Gluten, céleri, œufs, lait</i>	Filet de Cabillaud Cruautés de saison Dressing Purée persillée  <i>Poisson, œufs, moutarde, gluten</i>	Pêches au thon Salade de saison Dressing Riz persillé  <i>Poisson, œufs, moutarde, céleri</i>	Gigot d'agneau Haricots Princesse Pommes rôsti  <i>Céleri, arachides</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Pudding chocolat maison <i>Lait, œufs</i>	Fruit de saison	Compote maison	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>
Repas alternatif : Filet de poulet, potée aux carottes <i>Gluten, céleri, lait</i>						
Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30				
Bouillon de légumes <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage cresson <i>Céleri</i>				
Escalope de porc Epinards au beurre Pommes nature  <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Vol au vent (champignons) Riz  <i>Céleri, lait, gluten</i>	Pâtes Sauce tomates aux scampis  <i>Gluten, céleri, lait, crustacés</i>				
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>				
Repas alternatif : Boulettes sauce tomate, Riz <i>Gluten, céleri, lait, soja, lait</i>						

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** boulghour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires\*, pommes\*, tomates pelées, huile olive.

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



**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.