

# MENU DECEMBRE 2021

		Jeudi 02		Vendredi 03			
		Potage <b>potiron</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage Pois chiches BIO <i>Céleri</i>			
		 Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>		<b>Poireaux braisés</b> Burger de bœuf Riz <i>Gluten, œufs, soja, lait</i>			
<b>St-Nicolas</b>		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		Fruit			
Lundi 06		Mardi 07		Jeudi 09		Vendredi 10	
Potage <b>Carottes</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>Poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>	
 Compote Boudin Frites <i>Gluten, lait, arachides</i>		 <b>Crudités de saison</b> Dressing du chef Filet de Colin Purée nature <i>Poissons, céleri, gluten, soja, œufs, moutarde, lait</i>		 Omelette Purée d'épinards <i>Céleri, œufs, lait</i>		Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, <b>carottes</b> ) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	
Spéculoos <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>		Fruit		Yaourt <i>Lait</i>		Fruit	
Lundi 13		Mardi 14		Jeudi 16		Vendredi 17	
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>Carottes</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>potimarron</b> BIO <i>Céleri</i>	
<b>Champignons</b> Vol-au-vent de volaille Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Purée de <b>potiron</b> Filet de Hoki <i>Poissons, céleri, gluten, lait, soja</i>		 Pennes Sauce au fromage Courgettes au persil Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>		<b>Chou rouge</b> aux pommes Boulette de volaille Pommes de terre persillées <i>Gluten, lait, œufs, moutarde</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>		Fruit	
Lundi 20		Mardi 21		Jeudi 23		Vendredi 24	
Potage haricots blancs BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>	
<b>Carottes</b> Carbonnade de bœuf Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, moutarde, céleri</i>		 <b>Crudités de saison</b> Dressing du chef Filet de saumon Pâtes <i>Poissons, céleri, gluten, soja, œufs, moutarde</i>		 Curry de pois chiches à l'indienne Riz <i>Céleri, moutarde, lait</i>		 <b>* Noël *</b> Rôti de dinde Sauce crème-tomates-estragon Poire au sirop Frites <i>Gluten, céleri, lait, œufs, arachides</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		Riz au lait <i>Lait</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.

**20% BIO**: repas avec minimum 20% d'ingrédients BIO. Certifié par www.certsys.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. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

