MENU SEPTEMBRE 2020
LE VERSEAU - SECTION MATERNELLE

Mardi 01	Jeudi 03	Vendredi 04
Potage **céleri** *Céleri*	Potage **potiron** coriandre *Céleri*	Potage **tomates** *Céleri*
Effilé de thon Sauce **tomate** aux petits pois Riz *Poisson, céleri*	Couscous de légumes (**carottes**, **courgettes**,...) du chef *Gluten, céleri*	Cuissot de volaille à l'estragon **Haricots princesse** à l'échalote Purée nature *Gluten, céleri, lait*
Alternatives végétariennes		
Lentilles à la **sauce tomate** et aux **petits pois** Riz *Céleri*	Couscous de légumes du chef *Gluten, céleri*	Hamburger chou-fleur fromage **Haricots princesse** à l'échalote Purée nature *Gluten, céleri, œufs, lait*
Compote	**Fruit de saison**	Yaourt *Lait*

Lundi 07	Mardi 08	Jeudi 10	Vendredi 11
Potage **courgettes** basilic *Céleri*	Potage **carottes** *Céleri*	Potage **Julienne** *Céleri*	Potage **panais** *Céleri*
Sauté de porc **Petits pois** à la provençale Quinoa *Gluten, céleri*	Filet de Hoki **Brocolis** au yaourt Pommes nature *Gluten, céleri, lait, poisson, soja*	Pâtes Primavera verde (**courgettes**, **haricots**, ...) Fromage râpé *Gluten, céleri, lait*	Boulettes de volaille Stoemp aux **carottes** *Gluten, céleri, lait*
Alternatives végétariennes			
Haricots rouges **Petits pois** à la provençale Quinoa *Gluten, céleri*	Filet de Quorn **Brocolis** au yaourt Pommes nature *Œufs, gluten, lait, céleri*	Pâtes Primavera verde Fromage râpé *Gluten, céleri, lait*	Boulettes végétariennes Stoemp aux **carottes** *Gluten, soja, céleri, moutarde, œufs*
Yaourt *Lait*	**Fruit de saison**	**Fruit de saison**	Biscuit *Gluten, œufs, lait, fruits à coque*

Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
Potage **tomates** *Céleri*	Potage **navets** *Céleri*	Potage **chou-fleur** ciboulette *Céleri*	Potage St Germain *Céleri*
Vol au vent de volaille Champignons Frites *Gluten, lait, céleri, arachides*	Pâtes à la norvégienne saumon et **épinards** *Gluten, poisson, céleri, lait*	Dhal de lentilles corail aux **carottes** et coriandre Riz *Céleri*	Hamburger de bœuf **Crudités de saison** Dressing du chef Pommes nature *Gluten, céleri, œufs, moutarde, lait, soja*
Alternatives végétariennes			
Vol au vent de Quorn Champignons Frites *Œufs, gluten, céleri, lait, arachides*	Pâtes aux **épinards** et fromage râpé *Gluten, céleri, lait*	Dhal de lentilles corail aux **carottes** et coriandre Riz *Céleri*	Burger de légumes **Crudités de saison** Pommes nature *Céleri, gluten, œufs, moutarde*
Yaourt *Lait*	**Fruit de saison**	Emmental *Lait*	**Fruit de saison**

Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
Potage **cerfeuil** *Céleri*	Potage **épinards** *Céleri*	Potage **cresson** *Céleri*	***Souvenirs de Grèce***
Boulettes Sauce **tomate** aux **petits pois** Riz *Gluten, céleri, soja, œufs, lait*	Filet de Colin **Crudités de saison** Dressing du chef Purée nature *Poisson, soja, lait, céleri, œufs, moutarde, gluten*	Pâtes E Fagioli (haricots à l'italienne) Fromage râpé *Gluten, céleri, lait*	Potage **Andalou** *Céleri* Pain et viande pita (poulet) Salade grecque (**tomates**, **concombres**,...) Sauce yaourt à la menthe *Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde*
Alternatives végétariennes			
Boulettes végétariennes Sauce **tomate** aux **petits pois** Riz *Gluten, céleri, soja, œufs, lait*	Omelette **Crudités de saison** Purée nature *Œufs, lait, moutarde, œufs*	Pâtes E Fagioli Fromage râpé *Gluten, céleri, lait*	Pain et viande pita Salade grecque Lanières végétariennes *Gluten, soja, œufs, lait, moutarde*
Yaourt *Lait*	**Fruit de saison**	Chocolat *Lait, soja, fruits à coque*	**Melon**

Lundi 28	Mardi 29
Potage **carottes** *Céleri*	Potage **fenouil** *Céleri*
Saucisse de campagne **Compote de pommes** Frites *Gluten, lait, céleri, œufs, arachides*	Filet de Lieu Noir Purée de **brocolis** *Poisson, gluten, céleri, lait, soja*
Alternatives végétariennes	
Saucisse végétarienne Compote de **pommes** Frites *Gluten, œufs, lait, arachides*	Filet de Quorn multicéréales Purée de **brocolis** *Gluten, œufs*
Yaourt *Lait*	**Fruit de saison**

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: 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*, pommes*, tomates pelées, yaourt, huile d'olive.
Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)
* Nos pommes et poires sont garanties d'origine belge de septembre à juin
Les ingrédients indiqués **en gras** sont des ingrédients de saison selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement

: Plat contenant de la viande de porc
: Poisson MSC (issu de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki, Lieu noir
: Plat végétarien

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.

Suivez-nous sur Facebook TCO SERVICE

CERTISYS BIO CERTIFICATION