

MENU OCTOBRE 2018

LE VERSEAU



Lundi 01	Mardi 02	Jeudi 04	Vendredi 05
Potage céleri vert <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage courgettes basilic <i>Céleri</i>	Potage potiron <i>Céleri</i>
Chili sin carne Riz <i>Céleri</i>	 Filet de Lieu noir au safran Purée aux poireaux <i>Poisson, soja, céleri, gluten, lait</i>	Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Burger de légumes à la moutarde douce Crudités de saison Pommes nature <i>Gluten, céleri, moutarde, lait, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Crème chocolat <i>Lait</i>	Fruit de saison
Lundi 08	Mardi 09	Jeudi 11	Vendredi 12
Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>	Le commerce équitable <i>Céleri</i>
Filet de Quorn Haricots à la provençale Purée persillée <i>Céleri, lait, gluten, œufs</i>	 Pâtes Filet de saumon Coulis de brocolis <i>Gluten, céleri, soja, poisson, lait</i>	Boulettes végétariennes à la liégeoise (champignons) Frites <i>Gluten, céleri, moutarde, arachides, lait, œufs, soja</i>	Potage tomates-bananes Curry de pois chiches au lait de coco et carottes Quinoa <i>Céleri, gluten, lait</i>
Crème vanille <i>Lait</i>	Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>	Biscuit équitable <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>
Lundi 15	Mardi 16	Jeudi 18	Vendredi 19
Potage brocolis <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage St Germain <i>Céleri</i>
Saucisse de Quorn Compote de pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri, œufs</i>	 Filet de Hoki Crudités de saison et dressing maison Purée nature <i>Poisson, gluten, céleri, œufs, moutarde, lait</i>	Pâtes Bolognaise de Quorn Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œuf</i>	Burger chou-fleur et fromage Haricots à l'échalote Pommes persillées <i>Gluten, céleri, lait, moutarde, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Riz au lait <i>Lait</i>	Fruit de saison
Lundi 22	Mardi 23	Jeudi 25	Vendredi 26
Potage potiron <i>Céleri</i>	Bouillon de légumes <i>Céleri</i>	Potage cresson <i>Céleri</i>	Halloween <i>Céleri</i>
Vol au vent de Quorn Champignons Frites <i>Gluten, céleri, lait, arachides, œufs</i>	 Filet de Cabillaud sauce aux olives Purée aux épinards <i>Poisson, soja, céleri, gluten, lait</i>	Couscous de légumes du chef <i>Gluten, céleri</i>	 Potage de l'ogre (courgettes) Pâtes vivantes au coulis de citrouille maléfique Fromage égratiné <i>Gluten, céleri, lait, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Compote de pomme	Biscuit ensorcelé <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>

Congé d'automne



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

Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)

* Nos pommes et poires sont garanties d'origine belge de septembre à juin, et peuvent provenir de l'agriculture en conversion biologique.

Les ingrédients indiqués **en gras** sont des ingrédients de saison selon le calendrier des fruits et légumes de saison de l'IBGE

 : Poisson MSC (issu de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki/Merlu, Lieu noir, Saumon