













Lundi 03	Mardi 04	Jeudi 06	Vendredi 07
Potage panais <i>Céleri</i>	Potage carottes coriandre <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Minestrone <i>Céleri, gluten</i>
 Chili sin carne (tomates, oignons, haricots rouges, maïs...) Riz <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs</i>	 Pâtes à la norvégienne saumon et brocolis <i>Gluten, céleri, lait, poisson</i>	 Coulis de carottes aux lentilles corail et sésame Crudités de saison et dressing Dés de pommes nature <i>Céleri, œufs, moutarde, sésame</i>	Cuissot de volaille / Omelette Sauce à l'estragon Courgettes Quinoa <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>
Fruit / Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit / Mousse au chocolat <i>Lait</i>	Fruit / Raisins secs
Lundi 10	Mardi 11	Jeudi 13	Vendredi 14
Potage potimarron <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	ACTION BOL DE RIZ	Saint-Valentin
 Vol au vent de Quorn Champignons Frites <i>Gluten, céleri, lait, arachides</i>	 Filet de Cabillaud Sauce aux herbes Crudités de saison Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde, lait</i>		Potage des amoureux (tomates) <i>Céleri</i> Cœur d'hamburger (bœuf) / Burger végétarien Sauce du chef Purée aux petits choux de Bruxelles <i>Gluten, œufs, soja, lait, céleri</i>
Fruit / Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	FAUTEUILS VOLANTS	Fruit / Chocolat <i>Lait, soja</i>
Lundi 17	Mardi 18	Jeudi 20	Vendredi 21
Potage navets <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage resson <i>Céleri</i>
 Dahl de lentilles aux carottes et panais Riz <i>Gluten, œufs, lait, soja, céleri</i>	 Filet de Hoki Crudités de saison Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde, lait</i>	 Pâtes Sauce tomate, courgettes, fenouil et lentilles vertes <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Spingue de porc / Filet de Quorn Compote aux pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri, œufs</i>
Fruit / Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit / Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Fruit / Glace <i>Lait</i>

Congé de détente

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: 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*, 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, Saumon

 : Plat végétarien

 Suivez-nous sur Facebook **TCO SERVICE**

CERTISYS
BIO CERTIFICATION

 PÊCHE DURABLE MSC www.msc.org

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.