












Lundi 07	Mardi 08	Jeudi 10	Vendredi 11
Potage Julienne <i>Céleri</i>	Potage Andalou <i>Céleri</i>	Potage cerfeuil <i>Céleri</i>	 <b>Le grand froid</b>
Noix de poulet <b>Carottes</b> et sauce tomate Quinoa <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de Hoki <b>Poireaux à la crème</b> Pommes persillées <i>Poisson, céleri, soja, lait, gluten</i>	 Pâtes Al'Arrabiata Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Potage d'hiver <i>Céleri</i> Choucroute garnie Purée nature  <i>Céleri, lait, gluten, moutarde, soja</i>
Compotine	<b>Fruit de saison</b>	Yaourt <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>
Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
Potage <b>Parmentier</b> <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage tomates persil <i>Céleri</i>	Potage <b>potiron</b> coriandre <i>Céleri</i>
Boulettes de volaille Sauce tomate <b>aux champignons</b> Frites <i>Gluten, céleri, arachides</i>	 Filet de saumon <b>Navets à la crème</b> Pommes persillées <i>Gluten, poisson, céleri, lait, soja</i>	 Pâtes Fromage et petits pois <i>Gluten, céleri, lait</i>	Hamburger pur bœuf <b>Salsifis persillés</b> Pommes nature <i>Céleri, moutarde, lait, gluten</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Liégeois <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> cumin <i>Céleri</i>	Potage <b>céleri rave</b> <i>Céleri</i>	 <b>Nouvel an chinois</b> 
 Pain de viande <b>Chou rouge</b> aux pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de Lieu noir Sauce au citron <b>Crudités</b> de saison Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde</i>	 Tajine <b>de légumes</b> aux boulettes végétariennes <i>Gluten, céleri, soja, œufs, moutarde</i>	 Bouillon de légumes <i>Céleri, soja</i> Rendang de boeuf à l'asiatique Riz <i>Céleri, gluten, lait, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Biscuit <i>Gluten, lait, œuf, fruit à coque</i>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 28	Mardi 29	Jeudi 31	
Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage <b>potiron</b> <i>Céleri</i>	
 Saucisse de campagne Compote de <b>pommes</b> Frites <i>Gluten, céleri, arachides, lait</i>	 Filet de Colin au curry Purée <b>de céleri rave</b> <i>Poisson, soja, céleri, lait, gluten</i>	 Pâtes Bolognaise de Quorn (tomates, <b>carottes</b> ,...) Fromage râpé <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>	
Yaourt <i>Lait</i>	Crème chocolat <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** bologour, 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 d'olive.


Certifié par [www.certisys.eu](http://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 l'IBGE

 : Plat contenant de la viande de porc

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

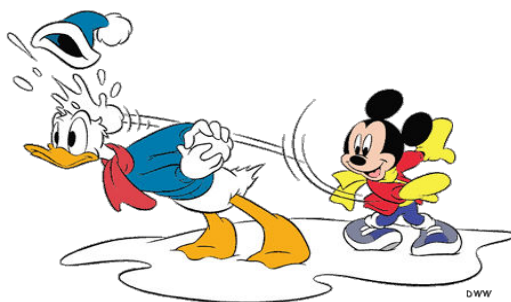
 : Plat végétarien









Suivez-nous sur  
 Facebook TCO SERVICE



# MENU JANVIER 2019

## LE VERSEAU




Lundi 07		Mardi 08		Jeudi 10		Vendredi 11	
Potage Julienne <i>Céleri</i>		Potage Andalou <i>Céleri</i>		Potage cerfeuil <i>Céleri</i>		 <b>Le grand froid</b>	
Burger végétarien <b>Carottes</b> et sauce tomate Quinoa <i>Gluten, céleri, soja, moutarde, œufs</i>		 Filet de Hoki <b>Poireaux</b> à la crème Pommes persillées <i>Poisson, céleri, soja, lait, gluten</i>		Pâtes Al'Arrabiata Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Potage d'hiver <i>Céleri</i> Saucisse de Quorn Choucroute Purée nature <i>Céleri, lait, gluten, moutarde, soja, œufs</i> 	
Compotine		<b>Fruit de saison</b>		Yaourt <i>Lait</i>		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	
Lundi 14		Mardi 15		Jeudi 17		Vendredi 18	
Potage <b>Parmentier</b> <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail <i>Céleri</i>		Potage tomates persil <i>Céleri</i>		Potage <b>potiron</b> coriandre <i>Céleri</i>	
Burger chou fleur fromage Sauce tomate aux <b>champignons</b> Frites <i>Gluten, céleri, arachides, œufs, moutarde, lait</i>		 Filet de saumon <b>Navets</b> à la crème Pommes persillées <i>Gluten, poisson, céleri, lait, soja</i>		Pâtes Fromage et petits pois <i>Gluten, céleri, lait</i>		Burger de légumes <b>Salsifis</b> persillés Pommes nature <i>Céleri, moutarde, lait, gluten, œufs</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		<b>Fruit de saison</b>		Liégeois <i>Lait</i>		<b>Fruit de saison</b>	
Lundi 21		Mardi 22		Jeudi 24		Vendredi 25	
Potage oignons <i>Céleri</i>		Potage <b>carottes</b> cumin <i>Céleri</i>		Potage <b>céleri rave</b> <i>Céleri</i>		 <b>Nouvel an chinois</b>	
Filet de Quorn <b>Chou rouge</b> aux pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri, œufs</i>		 Filet de Lieu noir Sauce au citron <b>Crudités</b> de saison Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde</i>		Tajine <b>de légumes</b> aux boulettes végétariennes <i>Gluten, céleri, soja, œufs, moutarde</i>		 Bouillon de légumes <i>Céleri, soja</i> Burger de Quorn à l'asiatique Riz <i>Céleri, gluten, lait, soja, œufs</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		<b>Fruit de saison</b>		Biscuit <i>Gluten, lait, œuf, fruit à coque</i>		<b>Fruit de saison</b>	
Lundi 28		Mardi 29		Jeudi 31			
Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>		Potage tomates <i>Céleri</i>		Potage <b>potiron</b> <i>Céleri</i>			
Hamburger végétarien Compote de <b>pommes</b> Frites <i>Gluten, céleri, arachides, lait, fruits à coque, soja, œufs, moutarde</i>		 Filet de Colin au curry Purée <b>de céleri rave</b> <i>Poisson, soja, céleri, lait, gluten</i>		Pâtes Bolognaise de Quorn (tomates, <b>carottes</b> ,...) Fromage râpé <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>			
Yaourt <i>Lait</i>		Crème chocolat <i>Lait</i>		<b>Fruit de saison</b>			

**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 d'olive.


Certifié par [www.certisys.eu](http://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 l'IBGE

 : Plat contenant de la viande de porc

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

 : Plat végétarien

Suivez-nous sur  
Facebook TCO SERVICE



**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.