




MENU OCTOBRE 2019

Ecole de PLANCENOIT

	Mardi 01	Jeudi 03	Vendredi 04
	Potage du jour BIO <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>	Cuissot de volaille à la moutarde douce Crudités de saison Boulgour <i>Gluten, céleri, moutarde, lait, œufs</i>
	Fruit de saison BIO	Compotine BIO	Fruit de saison BIO
Lundi 07	Mardi 08	Jeudi 10	Vendredi 11
Potage du jour BIO <i>Céleri</i>	Journée pédagogique		
Carbonnade de bœuf Carottes Pommes de terre <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Tajine de légumes et boulettes végétariennes <i>Gluten, céleri, soja, œufs, moutarde, sésame</i>	Le commerce équitable Curry de volaille au lait de coco et carottes Quinoa <i>Céleri, gluten, lait</i>
Yaourt BIO <i>Lait</i>		Emmental <i>Lait</i>	 Chocolat équitable et BIO <i>Lait, soja, fruits à coque</i>
Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
Potage du jour BIO <i>Céleri</i>			
Epigramme d'agneau Ratatouille (tomates, courgettes,...) Orge <i>Céleri, gluten</i>	 Filet de Hoki Crudités de saison et dressing maison Purée nature <i>Poisson, gluten, céleri, œufs, moutarde, lait, soja</i>	 Pâtes Bolognaise de Quorn (tomates, carottes,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	Filet de poulet Sauce à l'orange Haricots à l'échalote Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>
Yaourt BIO <i>Lait</i>	Fruit de saison BIO	Compote BIO	Fruit de saison BIO
Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
Potage du jour BIO <i>Céleri</i>			
Saucisse de volaille Compote de pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri</i>	 Pâtes Saumon Brocolis <i>Gluten, céleri, soja, poisson, lait</i>	 Mousse de lentilles corail et poireaux Chou-fleur au curcuma Riz persillé <i>Gluten, céleri</i>	 Halloween Pâtes vivantes au coulis de citrouille maléfique et yeux de grenouille (volaille) <i>Gluten, céleri, lait, moutarde</i>
Yaourt BIO <i>Lait</i>	Fruit de saison BIO	Fruit de saison BIO	 Biscuit ensorcelé <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>



Congé d'automne




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



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.