

















|  |  |   |   |  |   |  |  |
|--|--|---|---|--|---|--|--|
|         | Mardi 01   |   | Jeudi 03  |  | Vendredi 04   |  |  |
|  | Potage <b>céleri</b><br><i>Céleri</i>  |   | Potage <b>potiron coriandre</b><br><i>Céleri</i>  |  | Potage <b>tomates</b><br><i>Céleri</i>  |  |  |
|  |                             | Effilé de thon<br>Sauce <b>tomate</b><br>aux petits pois<br>Riz<br><i>Poisson, céleri</i> |    | Couscous<br>de légumes<br>( <b>carottes, courgettes...</b> )<br>du chef<br><i>Gluten, céleri</i> | Cuisson de volaille<br>à l'estragon<br><b>Haricots princesse</b><br>à l'échalote<br>Purée nature<br><i>Gluten, céleri, lait</i> |  |  |
|  | Compote  |   | Fruits de saison  |  | Yaourt<br><i>Lait</i>   |  |  |
| Lundi 07   |  | Mardi 08  |   | Jeudi 10   |   | Vendredi 11  |  |
| Potage <b>courgettes basilic</b><br><i>Céleri</i>  |  | Potage <b>carottes</b><br><i>Céleri</i>   |   | Potage <b>Julienne</b><br><i>Céleri</i>  |   | Potage <b>panais</b><br><i>Céleri</i>  |  |
|           | Sauté de porc<br><b>Petits pois</b><br>à la provençale<br>Quinoa<br><i>Gluten, céleri</i>                    |          | Filet de Hoki<br><b>Brocolis</b><br>au yaourt<br>Pommes nature<br><i>Gluten, céleri, lait, poisson, soja</i>                                  |                 | Pâtes<br>Primavera verde<br>( <b>courgettes, haricots, ...</b> )<br>Fromage râpé<br><i>Gluten, céleri, lait</i>                 | Boulettes de volaille<br>Stoemp<br>aux<br><b>carottes</b><br><i>Gluten, céleri, lait</i>   |  |
| Yaourt<br><i>Lait</i>  |  | Fruit de saison   |   | Fruit de saison  |   | Biscuit<br><i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>   |  |
| Lundi 14   |  | Mardi 15  |   | Jeudi 17   |   | Vendredi 18  |  |
| Potage <b>tomates</b><br><i>Céleri</i>   |  | Potage <b>navets</b><br><i>Céleri</i>   |   | Potage <b>chou-fleur</b> ciboulette<br><i>Céleri</i>   |   | Potage St Germain<br><i>Céleri</i>   |  |
| Vol au vent<br>de volaille<br>Champignons<br>Purée nature<br><i>Gluten, lait, céleri</i> |  |         | Pâtes<br>à la norvégienne<br>saumon<br>et <b>épinards</b><br><i>Gluten, poisson, céleri, lait</i>   |                | Dhal<br>de lentilles corail aux<br><b>carottes</b> et coriandre<br>Riz<br><i>Céleri</i>   | Hamburger de bœuf<br><b>Crudités de saison</b><br>Dressing du chef<br>Pommes nature<br><i>Gluten, céleri, œufs, moutarde, lait, soja</i>   |  |
| Yaourt<br><i>Lait</i>  |  | Fruit de saison   |   | Emmental<br><i>Lait</i>  |   | Fruit de saison  |  |
| Lundi 21   |  | Mardi 22  |   | Jeudi 24   |   | Vendredi 25  |  |
| Potage <b>cerfeuil</b><br><i>Céleri</i>  |  | Potage <b>épinards</b><br><i>Céleri</i>   |   | Potage <b>cresson</b><br><i>Céleri</i>   |   | <i>Souvenirs de Grèce</i>  |  |
|         | Boulettes<br>Sauce <b>tomate</b><br>aux <b>petits pois</b><br>Riz<br><i>Gluten, céleri, soja, œufs, lait</i> |        | Filet de Colin<br><b>Crudités de saison</b><br>Dressing du chef<br>Purée nature<br><i>Poisson, soja, lait, céleri, œufs, moutarde, gluten</i> |               | Pâtes<br>E Fagioli<br>(haricots à l'italienne)<br>Fromage râpé<br><i>Gluten, céleri, lait</i>                                   |  Potage <b>Andalou</b><br><i>Céleri</i><br>Pain et viande pita (poulet)<br>Salade grecque<br>( <b>tomates, concombres...</b> )<br>Sauce yaourt à la menthe<br><i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i> |  |
| Yaourt<br><i>Lait</i>  |  | Fruit de saison   |   | Chocolat<br><i>Lait, soja, fruits à coque</i>  |   | <b>Melon</b>   |  |
| Lundi 28   |  | Mardi 29  |   |              |   |  |  |
| Potage <b>carottes</b><br><i>Céleri</i>  |  | Potage <b>fenouil</b><br><i>Céleri</i>  |   |  |   |  |  |
|         | Saucisse<br>de campagne<br><b>Compote de pommes</b><br>Pommes nature<br><i>Gluten, lait, œufs, céleri</i>    |        | Filet de Lieu Noir<br>Purée<br>de<br><b>brocolis</b><br><i>Poisson, gluten, céleri, lait, soja</i>  |  |   |  |  |
| Yaourt<br><i>Lait</i>  |  | 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](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 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

 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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.