




# MENU FEVRIER 2022

	Mardi 1		Jeudi 3		Vendredi 4		
	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>		Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>		
	 Stoemp aux <b>carottes</b> Filet de cabillaud  <i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten</i>		 Dahl de lentilles corail aux tomates et lait de coco Pommes de terre nature <i>Céleri</i>		Pâtes (complètes) au pesto vert Brocoli Emincés de dinde <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>		
Fruit		Chocolat ( <i>Lait, soja, fruits à coque</i> )		Fruit			
Lundi 7		Mardi 8		Jeudi 10		Vendredi 11	
Potage <b>carottes</b> persil BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage poivrons rouges BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>potiron</b> BIO <i>Céleri</i>	
 <b>Chou rouge</b> aux pommes Spiringue de porc / burger de légumes Pommes de terre persillées <i>Gluten, lait, moutarde, soja, céleri</i>		 Pâtes à la Norvégienne (saumon, épinards)  <i>Poissons, céleri, gluten, lait</i>		<b>MENU TEX-MEX</b>  Crudités de saison, dressing  Chili sin carne (tomates, maïs, haricots rouges) Wraps / Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>		Cubes de <b>céleri rave</b> grillés Saucisse de volaille Purée nature <i>Céleri, moutarde, gluten, œufs, lait</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Riz au lait <i>Lait</i>		Fruit	
Lundi 14		Mardi 15		Jeudi 17		Vendredi 18	
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>potimarrons</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage St-Germain BIO <i>Céleri</i>	
<b>Chou blanc</b> à la crème Burger de bœuf Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, œufs, soja, céleri</i>		 Colombo de poissons (courgettes, tomates, lait de coco) Riz <i>Poissons, céleri, soja, moutarde, gluten</i>		 Pâtes aux légumes et aux légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>		Crudités de saison, dressing Filet de poulet Sauce à l'orange Quinoa <i>Gluten, œufs, lait, moutarde</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>		Fruit	
Lundi 21		Mardi 22		Jeudi 24		Vendredi 25	
Potage <b>céleri</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>		Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>		<b>CARNAVAL</b> Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	
Blanquette de volaille aux légumes (carottes, panais, petits pois) Pommes de terre <i>Gluten, céleri, lait</i>		Fenouil, sauce tomatée  Filet de Hoki Petit épeautre  <i>Poissons, céleri, soja, gluten</i>		 Pâtes Sauce fromage aux <b>champignons</b>  <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Boulette de volaille Sauce Arlequin aux petits légumes Purée ciboulette <i>Gluten, céleri, œufs, lait, moutarde</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		Orange des Gilles	

 : Plat végétarien  
 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, fish stick  
 : Plat contenant de la viande de porc

**Légumes de saison:** selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie

**100 % BIO:** les potages sont 100% BIO.

**100 % BIO:** 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 (garanties d'origine belge de septembre à juin), pommes (garanties d'origine belge de septembre à juin), tomates pelées, huile d'olive.

**25% BIO:** repas avec minimum 20% d'ingrédients BIO. Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01)

**70% local:** repas avec 70% de produits locaux.

**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.

