

MENU MARS 2021


Ecoles de UCCLE


Lundi 01	Mardi 02	Mercredi 03	Jeudi 04	Vendredi 05
Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>	Potage potiron coriandre <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>
Cuissot de poulet Haricots princesse à l'échalote Boulgour <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de Hoki Crudités de saison Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, céleri, soja, gluten, lait, œufs, moutarde</i>	 Escalope de porc Salsifis à l'échalote Pommes persillées <i>Gluten, céleri</i>	 Pâtes Primavera Verde (courgettes, petits pois,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Boulettes de volaille Sauce tomate aux petits légumes Riz <i>Gluten, lait, céleri, soja, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>
Lundi 08	Mardi 09	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12
Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage vert pré <i>Céleri</i>	Potage céleri-rave <i>Céleri</i>	Menu Tex-mex	Potage panais <i>Céleri</i>
Carbonnade de bœuf Carottes Frites <i>Gluten, céleri, lait, moutarde, arachides</i>	 Filet de Cabillaud Purée aux poireaux <i>Poisson, céleri, soja, gluten, lait</i>	 Escalope de porc Brocolis au yaourt Pommes nature <i>Gluten, lait, céleri</i>	 Potage poivrons rouges <i>Céleri</i>  Chili sin carne Crudités de saison et dressing Wraps / Riz <i>Gluten, céleri, œufs, lait, moutarde</i>	 Gaucisse de campagne Compote de pommes Pommes nature <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>
Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Lundi 15	Mardi 16	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19
Potage tomates persil <i>Céleri</i>	Potage épinards <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>
 Sauté de porc à la moutarde douce Courgettes Quinoa <i>Gluten, céleri, lait, moutarde</i>	 Filet de Hoki Crudités de saison Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, œufs, moutarde, céleri, lait, gluten</i>	Filet de poulet Chou-fleur au curcuma Pommes ciboulette <i>Gluten, céleri</i>	 Dhal de lentilles corail aux carottes et coriandre Riz <i>Céleri</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, œufs, lait, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Fruit de saison	Emmental <i>Lait</i>	Fruit de saison
Lundi 22	Mardi 23	Mercredi 24	Jeudi 25	Vendredi 26
Potage jardinière <i>Céleri</i>	Les Antilles	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage champignons <i>Céleri</i>
 Salade liégeoise Haricots verts Lardons et pommes de terre <i>Céleri, moutarde, œufs</i>	Potage St Germain <i>Céleri</i>  Colombo de poisson (courgettes, lait de coco,...) Riz <i>Poisson, gluten, lait, soja, céleri</i>	Rôti de dinde Blancs de poireaux Purée nature <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Filet de poulet Sauce à l'orange Haricots Pommes persillées <i>Gluten, céleri, lait</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 31		
Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage céleri-rave <i>Céleri</i>		
Cuissot de volaille Navets à la provençale Frites <i>Céleri, gluten, arachides</i>	 Pâtes à la norvégienne au saumon et brocolis <i>Gluten, poisson, céleri</i>	 Spiringue de porc Chou vert à la crème Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait</i>		
Fruit de saison	Yaourt <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, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires*, pommes*, tomates pelées, yaourt, huile d'olive. TCO Service propose des repas avec minimum 20% d'ingrédients issus de l'agriculture biologique. 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

 : 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.