

MENU JUIN 2022

ECOLE COMMUNALES DE UCCLE

		Mercredi 01	Jeudi 02	Vendredi 03
		Potage St-Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur persil BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>
		Crudités, dressing Emincés de volaille, Sauce estragon Quinoa <i>Oeufs, Moutarde, Gluten, Lait</i> Fruit	 Pâtes Sauce pesto aux petits pois Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait, Fruits à coque</i> Biscuit <i>Gluten, oeufs, lait, fruits à coque</i>	Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Filet de cuisse de poulet Frites <i>Céleri, arachides</i> Fruit
Congé Lundi de Pentecôte	Mardi 07	Mercredi 08	Jeudi 09	Vendredi 10
	Potage brocoli BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>
	 Cassolette de poissons Julienne de légumes (poireaux, céleri, carottes) Riz persillé <i>Gluten, Céleri, Lait, Poissons, Soja</i>	Bettes à la crème Omelette Pommes de terre nature <i>Gluten, Céleri, Lait, Œufs</i>	 Pâtes à la Primavera Verde (courgettes, brocolis, petits pois) Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait</i>	 Hamburger Pistolet/sandwich - burger de bœuf - crudités - mayonnaise aux herbes <i>Gluten, Lait, Soja, Oeufs, Moutarde, Sésame</i>
	TCO Service participe à la semaine BIO (https://biomonchoix.be/semainebio)			
	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 13	Mardi 14	Mercredi 15	Jeudi 16	Vendredi 17
Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>	Potage courgettes BIO <i>Céleri</i>
 Porc Marengo (tomates, champignons) Frites <i>Céleri, arachides</i>	 Crudités, dressing Filet de Hoki Pommes de terre nature <i>Oeufs, Moutarde, Gluten, Céleri, Poissons, Soja</i>	Petits pois Filet de cuisse de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten, Lait, Œufs, Céleri</i>	 Couscous du chef aux légumes (carottes, céleri, fenouil, pois chiches) <i>Céleri, Gluten</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, Lait, Soja, Oeufs, Céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten, oeufs, lait, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24
Potage St-Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates persil BIO <i>Céleri</i>	Potage parmentier BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>
 Boulette de volaille, Sauce liégeoise Carottes persillées Petit épeautre <i>Gluten, Lait, Œufs</i>	 Crudités, dressing Fish sticks Purée nature <i>Oeufs, Moutarde, Gluten, Poissons, Lait</i>	 Haricots verts Roti de porc Pommes de terre ciboulette <i>Moutarde, Gluten, Lait, Céleri</i>	 Pâtes aux légumes (carottes, tomates, courgettes) et légumineuses (lentilles) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Brochette de poulet Salade de tomates Pommes de terre en <i>Gluten, Lait, Oeufs, Moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Pastèque
Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	
Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage navets BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	
 Salade Liégeoise (lardons, haricots verts, pommes de terre nature) <i>Céleri, oeufs, moutarde</i>	 Fenouil au curcuma Filet de colin Purée nature <i>Céleri, Poissons, Gluten, Soja, Lait</i>	Filet de volaille Courgettes aux herbes de Provence Boulghour <i>Gluten, Céleri, Lait, Œufs</i>	 Chili sin carne (tomates, maïs et haricots rouges) Riz <i>Céleri</i>	
Compotine	Fruit	Fruit	Méli-mélo de desserts <i>Gluten, oeufs, lait, fruits à coque, soja</i>	

 : 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: boulghour, 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, huile d'olive.
25% BIO: repas avec minimum 25% d'ingrédients BIO. Certifié par 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. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.