

# MENU JUIN


## COLLEGE SAINT PIERRE

lundi 01	mardi 02	jeudi 04	vendredi 05
Potage Andalou (tomates, poivrons) BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>
 Courgettes sautées au pesto Emincé de porc Riz basmati  <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri, moutarde</i>	Compote de pommes Boulette de volaille Pommes de terre persillées / Frites  <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, arachides</i>	 Pâtes E FAGIOLI (sauce tomate, carottes, céleri, haricots blancs)  <i>Gluten (blé), céleri</i>	 Carottes râpées, vinaigrette Filet de Limande Purée  <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
<b>Menu BIO et local</b>			
lundi 08	mardi 09	jeudi 11	vendredi 12
Potage courgettes BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates-persil BIO <i>Céleri</i>	Potage petits pois BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>
 Potée aux carottes BIO Saucisse de campagne BIO  <i>Œufs, lait, céleri</i>	Salade verte, vinaigrette Filet de cuisse de poulet Riz parfumé / Frites  <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, moutarde, arachides</i>	 Chili sin carne (tomates, carottes, maïs, haricots rouges) Wrap(primaires) / Quinoa(maternelles)  <i>Gluten (blé), céleri / Céleri</i>	 Pâtes (complètes) à l'Ostendaise (colin, crevettes, roses, carottes, poireaux, céleri-rave)  <i>Gluten (blé), crustacés, poissons, lait, céleri</i>
Biscuit BIO <i>Gluten (blé, avoine), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit
<b>TCO Service participe à la semaine BIO (<a href="https://biomonchoix.be/semainebio">https://biomonchoix.be/semainebio</a>)</b>			
lundi 15	mardi 16	jeudi 18	vendredi 19
Potage brocolis BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>
 Carottes persillées Boulette sauce tomate Orge  <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait</i>	Salade verte, vinaigrette Steak haché de bœuf Pommes de terre / Frites  <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, moutarde, arachides</i>	 Pâtes, sauce au légumes (tomates, carottes) et lentilles Fromage râpé  <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 Potée aux épinards Fish sticks sauce tartare  <i>Gluten (blé), œufs, poissons, lait, moutarde</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fromage <i>Lait</i>
	<b>Menu ETE</b>		
lundi 22	mardi 23	jeudi 25	vendredi 26
Potage Saint-Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage cultivateur BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates basilic BIO <i>Céleri</i>
 Ratatouille (tomates, oignons, courgettes) Spiringue de porc Boullgour  <i>Gluten (blé)</i>	Concombre, vinaigrette Poulet, sauce barbecue Pommes de terre aux herbes / Frites  <i>Œufs, lait, céleri, moutarde, arachides</i>	 Pâtes (complètes) à la parisienne (béchamel de carottes, brocoli, mozzarella)  <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 Julienne de légumes (poireaux, céleri, carottes) Waterzooi de poissons Riz basmati  <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i>
Fruit	Dessert du jour <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
lundi 29	mardi 30	jeudi 02	vendredi 03

**Dernière semaine : pas de repas chauds !**

 : Plat végétarien

 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, Merlan, Limande, 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:** boullgour, 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, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01).

**75% local:** 75% des ingrédients sont d'origine locale.

Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (AR belge 17/07/2014). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Nos repas étant préparés en cuisine de collectivité, nous ne pouvons pas garantir l'absence de traces d'allergènes supplémentaires. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

