









MENU PLAINES WOLUWE-SAINT-LAMBERT

FEVRIER - MARS 2023

lundi 20	mardi 21	mercredi 22	jeudi 23	vendredi 24
Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>
 Blanquette de Quorn aux carottes Pommes de terre <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	 Fenouil, sauce tomatée Filet de Hoki Orge <i>Poissons, céleri, soja, gluten</i>	Bettes à la crème Rôti de dinde Purée nature <i>Gluten, lait, moutarde, céleri, œufs</i>	 Pâtes complètes aux champignons fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Crudités de saison Filet de poulet Sauce à l'orange Purée nature <i>Gluten, œufs, lait, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit
lundi 27	mardi 28	mercredi 01	jeudi 02	vendredi 03
Potage navets BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>
Epinards à la crème Haut de cuisse de poulet Pommes nature <i>Gluten, lait, œufs</i>	 Crudités de saison Dressing tartare Fish stick Purée nature <i>Poissons, céleri, lait, gluten, œufs, moutarde</i>	Vol-au-vent Champignons Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Couscous de légumes (carottes, céleri rave, pois chiches) Semoule <i>Céleri, gluten</i>	 Pâtes Bolognaise aux lentilles (tomates, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Compotine	Fruit	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</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: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, 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.

35% BIO: repas avec minimum 20% 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.






MENU SPEELPLEINEN

Sint-Lambrechts-Woluwe

FEBRUARI - MAART 2023

lundi 20	mardi 21	mercredi 22	jeudi 23	vendredi 24
BIO kervelsoep <i>Selderij</i>	BIO Rode linzensoep <i>Selderij</i>	BIO bloemkoolsoep <i>Selderij</i>	BIO selderijsoep <i>Selderij</i>	BIO wortelsoep <i>Selderij</i>
 Blanket met Quorn met wortelen Aardappelen <i>Gluten, selderij, melk, eieren</i>	 Venkel met tomatensaus Hokifilet Gerst <i>Vis, selderij, soja, gluten</i>	Bieten met roomsaus Kalkoengebraad Aardappelpuree <i>Gluten, melk, mosterd, selderij, œufs</i>	 Volkoren pasta met champignons geraspte kaas <i>Gluten, selderij, melk</i>	Seizoensrauwkost Kipfilet Sinaasappelsaus Aardappelpuree <i>Gluten, eieren, melk, mosterd</i>
Yoghurt <i>Melk</i>	Fruit	Fruit	Chocolade <i>Melk, soja, dopvruchten</i>	Fruit
lundi 27	mardi 28	mercredi 01	jeudi 02	vendredi 03
BIO Rapensoep <i>Selderij</i>	BIO tomatensoep <i>Selderij</i>	BIO spinaziesoep <i>Selderij</i>	BIO kastanjepompensoep <i>Selderij</i>	BIO preisoep <i>Selderij</i>
Spinazie met roomsaus Filet van kippenbil Natuuraardappelen <i>Gluten, melk, eieren</i>	 Seizoensrauwkost Tartaar dressing Fish stick Aardappelpuree <i>Vis, selderij, melk, gluten, eieren, mosterd</i>	Vol-au-vent Champignons Rijst <i>Gluten, selderij, melk</i>	 Koeskoes van groenten (wortelen, knolselder, kikkererwten) Griesmeel <i>Selderij, gluten</i>	 Pasta Bolognaise met linzen (tomaten, uien) Geraspte kaas <i>Gluten, selderij, melk</i>
Yoghurt <i>Melk</i>	Fruit	Compotine	Fruit	Koekje <i>Gluten, eieren, melk, dopvruchten</i>

 : Vegetarische schotel
 : vis met MSC/ASC label (duurzame visvangst) : Hoki, koolvis, pollak, kabeljauw, zalm, fish stick
 : Schotel bevattende varkensvlees

Seizoensproducten volgens de seizoenskalender voor groenten en fruit van Leefmilieu Brussel/BioWallonië

100% BIO: de soepen zijn 100% BIO.

100% BIO : bulgur, witte en rode bonen, witte, rode en groene linzen, kikkererwten, gierst, pasta, gerst, quinoa, griesmeel, bananen, clementines, kiwi's, mandarijntjes, sinaasappelen, peren (gegarandeerde Belgische oorsprong van september tot juni), appelen (gegarandeerde Belgische oorsprong van september tot juni), gepelde tomaten, olijfolie.

35% BIO: maaltijden met minstens 20% biologisch geteelde ingrediënten. Erkend door www.certisys.eu (BE-BIO-01)

70% lokaal: maaltijden met 70% lokale producten.

ALLERGIEËN : Voor alle vragen over allergenen in onze gerechten, contacteer onze diëtiste via e-mail: allergie@tcoservice.com. Ze zal u zo snel mogelijk antwoorden.

