

## MENU NOVEMBRE 2020 ECOLES DE CHAUDFONTAINE

### Congé d'automne


Lundi 09	Mardi 10	Jeudi 12	Vendredi 13
Cuissot de poulet à la crème de tomates et aux <b>navets</b> Boulgour <i>Gluten, lait, céleri</i>	 Filet de Cabillaud <b>Crudités de saison</b> Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, lait, gluten, céleri, œufs, moutarde</i>	 Curry de pois chiches à l'orientale au <b>chou-fleur</b> Riz <i>Céleri</i>	<b>Les champignons</b>  Pâtes forestières Poelée de <b>champignons</b> lardons / Lardons <i>Gluten, céleri, lait</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 16	Mardi 17	Jeudi 19	Vendredi 20
Hamburger de bœuf <b>Brocolis</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs</i>	 Thon à la sauce tomate et petits pois Riz <i>Poisson, céleri</i>	 Pâtes aux courgettes et pesto Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, fruits à coque</i>	 Saucisse / Saucisse végétarienne <b>Salade de saison</b> Dressing du chef Purée nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Biscuit</b> <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 23	Mardi 24	Jeudi 26	Vendredi 27
Cuissot de poulet aux légumes oubliés ( <b>navets, panais,...</b> ) Orge <i>Gluten, céleri</i>	 Pâtes à la norvégienne saumon et <b>épinards</b> <i>Poisson, gluten, céleri</i>	 Couscous de légumes du chef (potiron, <b>carottes...</b> ) <i>Gluten, céleri</i>	 <b>Esapade au Japon</b> Yakitori au poulet Sauce saté et riz aux légumes asiatiques <i>Gluten, céleri, soja, sésame, lait, arachides</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Emmental <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 30			
Boulettes de volaille <b>Carottes</b> Vichy Quinoa <i>Gluten, céleri</i>			
Yaourt <i>Lait</i>			


**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.


Certifié par [www.certisys.eu](http://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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.