



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

TCO SERVICE fête 5 ans
de soutien à l'ONG

humundi

SOS FAIM



15 283€

ont été récolté en 2025.

Aide-nous à faire encore mieux cette année :
Commande ton repas "Assiette solidaire"
au menu de ce mois d'avril.

L'assiette solidaire sera au menu de ce mois d'avril.

Le jour de l'action, pour chaque repas commandé,
TCO reversera **0,75€ à l'ONG Humundi.**

C'est en avril 2022 qu'a eu lieu la
première action « Assiette solidaire »
en partenariat avec l'ONG Humundi.

Cette action de solidarité permet à plus de
4600 enfants Sénégalais de manger un repas
complet à l'école 2 x par semaine.
Grâce à ce projet, des agriculteurs locaux
vivent de leurs productions en fournissant
les écoles en lait, céréales et légumineuses.



C'est aussi il y a 5 ans que les premières
équipes « TCO Service » participaient à
l'Humundi Race, un défi sportif et solidaire
à Bouillon, au cœur des Ardennes Belges.

Cette année encore, nous y serons pour
une édition spéciale :

l'Humundi Race fête ses 10 ans !


Humundi soutient des agriculteurs et agricultrices
qui s'engagent pour une alimentation saine, juste
et durable en Afrique et en Amérique Latine.


Pour en savoir plus : <https://www.humundi.org>





MENU AVRIL 2026

Pâques

		mercredi 01	jeudi 02	vendredi 03
		Potage champignons BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>
		Petits pois, échalotes Filet de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait</i>	Dahl de lentilles corail Chou-fleur persillé Riz <i>Céleri</i>	 Crudités , vinaigrette Nid d'oiseau (haché, œuf) Gratin dauphinois <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, moutarde</i>
		Petits pois, échalotes Filet de Quorn Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé), œufs, céleri</i>	Alternatives végétariennes Dahl de lentilles corail Chou-fleur persillé Riz <i>Céleri</i>	Crudités , vinaigrette Omelette aux fines herbes Gratin dauphinois <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>
		Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Œufs de Pâques <i>Gluten (blé), soja, lait, fruits à coque (noisettes)</i>
lundi 06	mardi 07	mercredi 08	jeudi 09	vendredi 10
Congé	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage cresson BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates persil BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>
	Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Omelette Boulgour <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	Bettes à la crème Pain de veau Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait</i>	 Pâtes (complètes) Sauce au pesto vert, brocoli et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 Compote de pommes Boulettes Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, moutarde</i>
	Alternatives végétariennes Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Omelette Boulgour <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	Bettes à la crème Haricots rouges Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Pâtes (complètes) Sauce au pesto vert, brocoli et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Compote de pommes Mini-boulettes végétariennes Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé), soja, céleri</i>
	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit
lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17
Potage Saint-Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>
Champignons Vol-au-vent de volaille Riz <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 Crudités , vinaigrette Filet de Lieu noir Purée ciboulette <i>Gluten (blé, seigle), poissons, œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>	 Poireaux à la crème Rôti de porc aux fines herbes Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, orge), lait, moutarde</i>	 Pâtes Sauce aux légumes (tomates, carottes) et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Brocolis, sauce curry Filet de poulet Pommes de terre aux herbes <i>Gluten (blé), céleri, moutarde</i>
Champignons Vol-au-vent de Quorn Riz <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	Crudités , vinaigrette Omelette Purée ciboulette <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>	Poireaux à la crème Burger végétarien Pommes de terre nature <i>Gluten (blé), soja, lait, céleri</i>	Pâtes Sauce aux légumes (tomates, carottes) et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Brocolis, sauce curry Pois chiches Pommes de terre aux herbes <i>Gluten (blé), céleri, moutarde</i>
Fruit	Fromage <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>
lundi 20	mardi 21	mercredi 22	jeudi 23	vendredi 24
Potage cresson BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage champignons BIO <i>Céleri</i>
 Potée aux carottes Spiringue de porc <i>Gluten (blé, orge), lait, moutarde</i>	 Pâtes (complètes) à la norvégienne saumon- épinards <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i>	Chou-fleur au curcuma Filet de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 ASSIETTE SOLIDAIRE  Ragoût sénégalais (carottes , tomates, haricots blancs) Riz <i>Céleri</i>	Haricots verts, échalotes Burger de bœuf Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), lait</i>
Potée aux carottes Œuf dur, sauce dressing <i>Œufs, lait, moutarde</i>	Pâtes Sauce aux épinards et lentilles vertes <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Chou-fleur au curcuma Falafels Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé), céleri</i>	Ragoût sénégalais (carottes , tomates, haricots blancs) Riz <i>Céleri</i>	Haricots verts, échalotes Burger végétarien Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé), soja, lait, céleri</i>
Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>

 : Plat végétarien

 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, 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, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de bœuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Certifié par 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. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

