



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

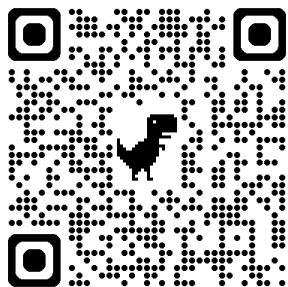
TCO Service a besoin de ton avis !

Salut!

Donne nous ton avis sur les menus préparés par TCO Service pour la cantine de ton école.

Si ton nom est tiré au sort, tu gagneras un assortiment de délicieux biscuits bio et locaux **de la biscuiterie namuroise, miam !**

Renvoie-nous tes réponses **avant le 31 mars** en scannant le QR Code ou en nous envoyant un mail à concours@tcoservice.com



Attention, n'oublie pas d'indiquer ton nom, ton prénom et le nom de ton école.



Quel est ton repas préféré dans les menus de TCO Service ?

Quel est le repas que tu aimes le moins ?

As-tu une suggestion de repas à nous faire ?



L'ALSACE

lundi 10	mardi 11	mercredi 12	jeudi 13	vendredi 14
Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>
Petits pois à la française Omelette, sauce légère tomatée Boulghour <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 Potée aux carottes Filet de lieu noir <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>	Haricots verts à l' échalote Filet de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 Pâtes complètes Sauce ricotta et épinards <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 Choucroute Saucisse de Francfort Purée <i>Lait, céleri, moutarde</i>
Petits pois à la française Omelette, sauce légère tomatée Boulghour <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	Potée aux carottes Lentilles vertes <i>Lait, céleri</i>	Haricots verts à l' échalote Burger végétarien Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge, seigle), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sésame</i>	Pâtes complètes Sauce ricotta et épinards <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Choucroute Dés de Quorn grillés Purée <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>
Compotine	Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit
lundi 17	mardi 18	mercredi 19	jeudi 20	vendredi 21
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage navets BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage cresson BIO <i>Céleri</i>
Poireaux à la crème Filet de poulet Pommes de terre <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 Crudités , vinaigrette Filet de colin Purée nature <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>	 Choux de Bruxelles Saucisse de campagne Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>	 Couscous de légumes du chef (carottes, chou-fleur, courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Pâtes, sauce bolognaise (de bœuf) (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri</i>
Poireaux à la crème Mini-boulettes végétariennes Pommes de terre <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>	Crudités , vinaigrette Œuf dur Purée nature <i>Œufs, lait, céleri, moutarde</i>	Choux de Bruxelles Falafels, sauce au yaourt Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde, sésame</i>	Couscous de légumes du chef (carottes, chou-fleur, courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Pâtes, sauce bolognaise aux légumineuses (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 24	mardi 25	mercredi 26	jeudi 27	vendredi 28
Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage navets BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage champignons BIO <i>Céleri</i>
 Chou-fleur Filet de poulet, sauce curry Riz <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>	 Filet de Cabillaud, sauce créole (tomates, courgettes) Purée de patates douces <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>	 Chicons au miel braisés Rôti de porc Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé), lait, céleri, moutarde</i>	 Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri) <i>Gluten (blé), céleri</i>	Epinards à la crème Burger de bœuf Pommes de terre <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>
Chou-fleur Dahl de lentilles Riz <i>Céleri, moutarde</i>	Pois chiches, sauce créole (tomates, courgettes) Purée de patates douces <i>Lait, céleri, moutarde</i>	Chicons au miel braisés Œuf dur Pommes de terre en chemise <i>Œufs, lait, céleri, moutarde</i>	Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri) <i>Gluten (blé), céleri</i>	Epinards à la crème Burger végétarien Pommes de terre <i>Gluten (blé, orge, seigle), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sésame</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fromage <i>Lait</i>	Fruit
lundi 31				
Potage céleri-vert BIO <i>Céleri</i>				
Bœuf façon Stroganoff (tomates, champignons) Pommes de terre <i>Lait, céleri, moutarde</i>				
Alternative végétarienne Sauce tomate aux champignons Mini-boulettes végétariennes Pommes de terre <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>				
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: boulghour, 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 (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.

