

DES NOUVEAUX DESSERTS AU MENU !



Des gaufres en janvier, des crêpes en février, mais de la ferme du Censier!



C'est une ferme Bio qui se trouve à Doische, un petit village de l'arrondissement de Philippeville dans la province de Namur.



Ils confectionnent, avec les œufs de leurs poules, des gaufres et des crêpes locales, bio et délicieuses.

Pour plus d'info <https://www.fermecensier.be>



MENU JANVIER 2026

Douceurs d'hiver



lundi 05	mardi 06	mercredi 07	jeudi 08	vendredi 09
Potage cresson BIO Céleri	Potage lentilles corail BIO Céleri	Potage navets BIO Céleri	Potage poireaux BIO Céleri	Potage potimarrons BIO Céleri
Carottes Raviolis (bœuf) à la sauce tomate et basilic Fromage râpé Gluten (blé), œufs, lait, céleri	Purée au céleri-rave et cerfeuil Filet de Hoki Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri	Petits pois, échalotes Omelette, coulis de légumes Pommes de terre nature (œufs, lait, céleri)	Couscous de légumes du chef (carottes , potiron, chou blanc, pois chiches) Semoule Gluten (blé), céleri	Blanquette de volaille aux légumes d'hiver (champignons, carottes, oignons) Riz Gluten (blé), œufs, lait, céleri
Alternatives végétariennes				
Carottes Pâtes Sauce tomate et basilic et lentilles Fromage râpé Gluten (blé), lait, céleri	Purée au céleri-rave et cerfeuil Falafels Sauce au yaourt Gluten (blé, œufs, lait, céleri, moutarde)	Petits pois, échalotes Omelette, coulis de légumes Pommes de terre nature (œufs, lait, céleri)	Couscous de légumes du chef (carottes , potiron, chou blanc, pois chiches) Semoule Gluten (blé), céleri	Blanquette de haricots blancs aux légumes d'hiver (champignons, carottes, oignons) Riz Gluten (blé), lait, céleri
Compotine	Fruit	Fruit	Dessert lacté Lait	Gaufre Gluten (blé), œufs, lait
lundi 12	mardi 13	mercredi 14	jeudi 15	vendredi 16
Potage Saint-Germain BIO Céleri	Potage tomates BIO Céleri	Potage panais BIO Céleri	Potage carottes BIO Céleri	Potage cerfeuil BIO Céleri
Chou blanc, sauce curry et lait de coco Emincé de volaille Quinoa Gluten (blé), céleri, moutarde	Julienne de légumes (poireaux, céleri-rave, carottes) Waterzooi de poissons Riz Gluten (blé), poissons, lait, céleri	Haricots verts Filet de poulet Pommes de terre rôties Gluten (blé, orge), œufs, lait	Pâtes (complètes) Sauce au pesto, petits pois et lentilles Fromage râpé Gluten (blé), lait, céleri	Crudités , vinaigrette Boulette, sauce liégeoise Pommes de terre en chemise Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, moutarde
Alternatives végétariennes				
Chou blanc, sauce curry et lait de coco Lentilles corail Quinoa Gluten (blé), céleri, moutarde	Waterzooi de légumes (poireaux, céleri-rave, carottes) aux haricots blancs Riz Gluten (blé), lait, céleri	Haricots verts Œuf dur, sauce dressing Pommes de terre rôties Gluten (blé, lait, moutarde)	Pâtes (complètes) Sauce au pesto, petits pois et lentilles Fromage râpé Gluten (blé), lait, céleri	Crudités , vinaigrette Mini-boulettes végétariennes Pommes de terre en chemise Gluten (blé, œufs, soja, lait, céleri, moutarde)
Fruit	Biscuit Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)	Fruit	Dessert lacté Lait	Fruit
lundi 19	mardi 20	mercredi 21	jeudi 22	vendredi 23
Potage pois chiches BIO Céleri	Potage patates douces BIO Céleri	Potage céleri vert BIO Céleri	Potage champignons BIO Céleri	Potage potirons BIO Céleri
Carottes Mijoté de dinde sauce douce à l'ananas Boulghour Gluten (blé), céleri, moutarde	Potée aux épinards Filet de Colin Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri	Chou rouge aux pommes Spirine de porc Pommes de terre nature Gluten (blé, orge), lait, moutarde	Céleri-rave Mac & cheese (petits pois, béchamel de céleri) Pâtes (complètes) Gluten (blé), lait, céleri	Crudités , vinaigrette Burger de bœuf Pommes de terre persillées Gluten (blé, orge), œufs, lait, moutarde
Alternatives végétariennes				
Carottes Filet de Quorn sauce douce à l'ananas Boulghour Gluten (blé), œufs, céleri, moutarde	Potée aux épinards Omelette Gluten (blé, seigle), lait, céleri	Chou rouge aux pommes Burger végétarien Pommes de terre nature Gluten (blé, seigle), soja, lait, céleri, sésame	Céleri-rave Mac & cheese (petits pois, béchamel de céleri) Pâtes (complètes) Gluten (blé), lait, céleri	Crudités , vinaigrette Mijoté de lentilles vertes Pommes de terre persillées Œufs, lait, céleri, moutarde
Fruit	Fromage Lait	Fruit	Dessert lacté Lait	Fruit
lundi 26	mardi 27	mercredi 28	jeudi 29	vendredi 30
Potage carottes BIO Céleri	Potage cerfeuil BIO Céleri	Potage oignons BIO Céleri	Potage épinards BIO Céleri	Potage lentilles corail BIO Céleri
Epinards à la crème Saucisse de campagne Pommes de terre en chemise Gluten (blé, orge), œufs, lait, moutarde	Pâtes à l'Ostendaise (colin, crevettes roses, carottes, poireaux, céleri-rave) Gluten (blé), crustacés, poissons, lait, céleri	Chicons caramélisés Filet de cuisse de poulet Pommes de terre rôties Gluten (blé), œufs, lait	Chili sin carne (tomates, carottes , maïs, haricots rouges) Wrap _(primaires) / Quinoa _(maternelles) Gluten (blé), céleri / Céleri	Riz pilaf façon nasi-goreng (haricots, chou-fleur, oignons) Emincé de volaille Sauce aigre-douce aux poivrons Gluten (blé), soja, céleri
Alternatives végétariennes				
Epinards à la crème Haricots blancs Pommes de terre en chemise Gluten (blé), lait	Pâtes, sauce crémée aux légumes (carottes, poireaux, céleri-rave) et lentilles corail Gluten (blé), lait, céleri	Chicons caramélisés Filet de Quorn Pommes de terre rôties Gluten (blé), œufs, lait, céleri	Chili sin carne (tomates, carottes , maïs, haricots rouges) Wrap _(primaires) / Quinoa _(maternelles) Gluten (blé), céleri / Céleri	Riz pilaf façon nasi-goreng (haricots, chou-fleur, oignons) Omelette Sauce aigre-douce aux poivrons Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri
Fruit	Biscuit Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)	Fruit	Dessert lacté Lait	Fruit

Vert : Plat végétarien

Vert : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, fish stick

Rouge : 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 italienique (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.



INDONÉSIE