TCO SERVICE

CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

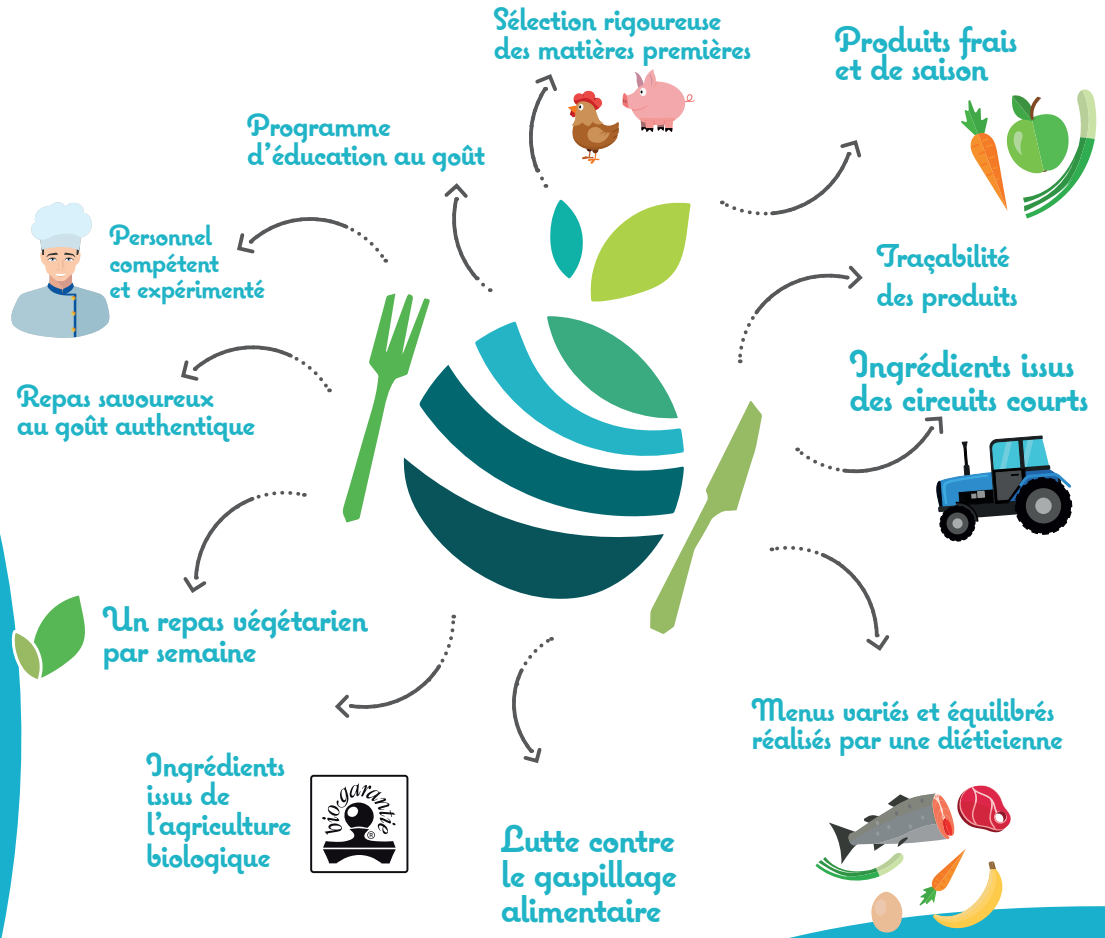
A TABLE !

ON VA SE REGALER...

Les équipes de cuisine
sont prêtes pour vous servir.

Bon appétit !

TCO Service, le fournisseur des repas chauds de ton école, s'engage pour proposer **des repas sains et durables**



CHAQUE MOIS

des menus à thème et la découverte d'autres cuisines :
Asie, Grèce, Mexique, Ukraine, Italie, Espagne,...

MENU AOUT-SEPTEMBRE 2022
INSTITUT DE LA PROVIDENCE

Lundi 29/8	Mardi 30/8	Jeudi 1/9	Vendredi 2/9
Carottes Raviolis (bœuf et poulet) Sauce **tomate** et basilic Fromage râpé *Gluten, céleri, œufs, lait*	Waterzooï de poissons aux légumes (**poireaux**, **céleri**, **carottes**) Pommes de terre nature *Poissons, soja, lait, gluten, céleri*	Couscous de légumes du chef (**carottes**, **courgettes**, pois chiches) Semoule *Gluten, céleri*	**Haricots verts** Filet de cuisse de poulet Pommes de terre nature *Gluten, céleri, lait, œufs*
Compotine	Yaourt *Lait*	Biscuit *Gluten, œufs, lait, fruits à coque*	Fruit
Lundi 05	**Mardi 06**	**Jeudi 08**	**Vendredi 09**
Fenouil à la Provençale Dés de volaille Riz *Gluten, céleri*	**Epinards** à la crème Filet de Hoki Pommes de terre persillées *Gluten, céleri, lait, poissons, soja*	Viva Italia Pâtes E FAGIOLI (**tomates**, **carottes**, haricots blancs, **céleri**) *Gluten, céleri*	Compote de **pommes** Saucisse Purée nature *Gluten, lait, œufs*
Yaourt *Lait*	Fruit	Melon	Biscuit *Gluten, œufs, lait, fruits à coque*
Lundi 12	**Mardi 13**	**Jeudi 15**	**Vendredi 16**
Poireaux à la crème Burger de bœuf Pommes de terre nature *Gluten, œufs, lait, soja, céleri*	Pâtes complètes au saumon Sauce aux **brocolis** et lentilles vertes *Gluten, poissons, lait, céleri*	**Chou-fleur** Dhal de lentilles Corail aux **carottes** Riz *Céleri*	**Haricots verts** Blanc de volaille Purée nature *Lait, œufs, gluten, céleri*
Yaourt *Lait*	Fruit	Chocolat *Lait, soja, fruits à coque*	Fruit
Lundi 19	**Mardi 20**	**Jeudi 22**	**Vendredi 23**
Vol-au-vent aux **champignons** Riz *Gluten, céleri, lait*	**Crudités**, dressing Filet de Colin Purée nature *Poissons, soja, lait, œufs, moutarde, gluten, céleri*	Tajine de légumes (**carottes**, **courgettes**) aux lentilles vertes Pommes de terre *Céleri*	Pâtes Bolognaise de bœuf (**tomates**, **carottes**, oignons) Fromage râpé *Gluten, Lait, Soja, Oeufs, Céleri*
Fruit	Yaourt *Lait*	Biscuit *Gluten, œufs, lait, fruits à coque*	Fruit
Lundi 26	**Mardi 27**	**Jeudi 29**	**Vendredi 30**
Dés de **céleri-rave** Boulette de volaille, sauce brune à l'orange Petit épeautre *Gluten, lait, œufs, céleri, moutarde*	*Congé*	Pâtes à la Primavera Verde (**courgettes**, **brocolis**, **petits pois**, **haricots verts**) Fromage râpé *Gluten, Céleri, Lait*	L'Ukraine *Bortsch ukrainien* (dés de bœuf, **chou**, **tomates**, **betteraves**, **carottes**) Pommes de terre nature *Céleri, gluten, lait*
Fruit		Chocolat *Lait, soja, fruits à coque*	Fruit

: 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, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive.
25% BIO: repas avec minimum 25% 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.