



Lundi 03	Mardi 04	Jeudi 06	Vendredi 07
Minestrone <i>Céleri, gluten</i>	Potage carottes coriandre <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage panais <i>Céleri</i>
Navarin d'agneau aux légumes d'hiver (navets, panais,...) Orge <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de Colin au curry Purée de céleri rave <i>Poisson, lait, gluten, soja, céleri</i>	 Curry de pois chiches à l'orientale au chou-fleur Riz <i>Céleri</i>	Saucisse de volaille Salade mixte Dressing du chef Purée nature <i>Lait, céleri, œufs, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Mousse au chocolat <i>Lait</i>	Raisins secs
Lundi 10	Mardi 11	Jeudi 13	Vendredi 14
Potage potimarron <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage salsifis <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>
Cuissot de volaille Sauce à l'estragon Courgettes Quinoa <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Pâtes à la norvégienne saumon et brocolis <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Coulis de carottes aux lentilles corail et sésame Crudités de saison et dressing Dés de pommes nature <i>Céleri, œufs, moutarde, sésame</i>	Chili con carne (tomates, oignons, haricots rouges, maïs...) Riz <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Fruit de saison	Chocolat <i>Lait, soja</i>
Lundi 17	Mardi 18	Jeudi 20	Vendredi 21
Potage navets <i>Céleri</i>	Potage courgettes <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage cresson <i>Céleri</i>
Vol au vent de volaille Champignons Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Filet de Cabillaud Sauce aux herbes Crudités de saison Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde, lait</i>	 Pâtes Primavera (courgettes, haricots,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Hamburger de bœuf Sauce du chef Purée aux petits choux de Bruxelles <i>Gluten, œufs, soja, lait, céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	Fruit de saison

Congé de détente

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 (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, Saumon

 : Plat végétarien

Suivez-nous sur
Facebook TCO SERVICE

CERTISYS
BIO CERTIFICATION

PÊCHE DURABLE MSC
www.msc.org.fr

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.