


Lundi 04		Mardi 05		Mercredi 06		Jeudi 07	
				Pâtes Al'Arrabiata (pâtes, tomates, poivrons,...) <i>Gluten, céleri</i>			
 Sauté de porc Sauce moutarde et petits pois Frites <i>Gluten, céleri, lait, moutarde, arachides</i>	Cuissot de volaille à l'estragon Haricots verts Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>		 Filet de Hoki Crudités de saison Purée nature <i>Gluten, poisson, lait, soja, moutarde, œufs</i>			Pâtes Sauce tomates, courgettes, fenouil et lentilles vertes Gruyère	
Alternative végétarienne							
Burger de Quorn Sauce moutarde et petits pois Frites <i>Gluten, céleri, lait, moutarde, œufs, arachides</i>	Falafels Sauce au yaourt Haricots verts Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>		Burger de légumes Crudités de saison Purée nature <i>Céleri, moutarde, gluten, lait</i>				<i>Gluten, céleri, lait</i>
Fruit de saison	Fromage blanc <i>Lait</i>		Fruit de saison				Fruit de saison
Lundi 11		Mardi 12		Mercredi 13		Jeudi 14	
				Panini Italia (panini, jambon italien, mozzarella, pesto, tomates,...) <i>Gluten, céleri, moutarde, sésame, lait</i>			
 Saucisse Compote de pommes Pommes nature <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>	Vol au vent Champignons Frites Salade de saison Dressing du chef <i>Gluten, lait, céleri, moutarde, œufs, arachides</i>		 Filet de Cabillaud Sauce aux herbes Epinards Purée nature <i>Poisson, lait, gluten, soja</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>		Suprême de volaille Sauce au miel Purée aux petits choux <i>Gluten, soja, céleri, lait</i>	
Alternative végétarienne							
Saucisse de Quorn Compote de pommes Pommes nature <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>	Vol au vent de Quorn Champignons Frites <i>Gluten, lait, céleri, moutarde, œufs, arachides</i>		Œufs à la Florentine Epinards Purée <i>Gluten, œufs, lait, céleri</i>		Pois chiches à l'orientale Purée aux petits choux <i>Gluten, soja, céleri, lait</i>		
Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		
Lundi 18		Mardi 19		Mercredi 20		Jeudi 21	
				Salade César (pommes de terres, iceberg, poulet, gouda,...) <i>Moutarde, lait, gluten</i>			
Hamburger pur bœuf Sauce chasseur Poireaux Frites <i>Gluten, céleri, lait, arachides</i>	 Spiringue de porc Chou rouge aux pommes Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>	 Pâtes Saumon Brocolis <i>Gluten, poisson, lait, soja</i>			Salade de saison Coulis de carottes au sésame et lentilles corail Dés de pommes nature		
Alternative végétarienne							
Boulettes végétariennes Sauce chasseur Poireaux Frites <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs, moutarde, arachides</i>	Cordon bleu de Quorn Chou rouge aux pommes Pommes nature <i>Gluten, céleri, œufs</i>		Gratin de pâtes aux brocolis <i>Gluten, lait</i>				<i>Gluten, sésame, céleri</i>
Compote	Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Crème vanille <i>Lait, œufs</i>		
Lundi 25		Mardi 26		Mercredi 27		Jeudi 28	
				Quiche végétarienne Crudités de saison et dressing du chef <i>Gluten, céleri, lait, œufs, gluten, céleri, moutarde</i>			
Nos producteurs locaux				Potage potimarron <i>Céleri</i>			
 Tartiflette (oignons, lardons, pommes de terre,...) Epinards <i>Céleri, gluten, lait, œufs, moutarde</i>	Filet de poulet Panais à la provençale Boullgour <i>Gluten, céleri</i>		 Filet de Colin Sauce à l'orange Carottes Vichy au thym Riz <i>Poisson, lait, gluten, soja, céleri</i>			Rôti de porc Haricots beurre Croquettes <i>Gluten, lait, céleri, arachides</i>	
Alternative végétarienne							
 Tartiflette (oignons, lardinettes végétariennes, pommes de terre,...) Epinards <i>Céleri, gluten, lait, œufs, moutarde, soja</i>	Curry de haricots rouges aux panais Boullgour <i>Gluten, céleri</i>		Filet de Quorn Sauce à l'orange Carottes Vichy au thym Riz				Burger chou fleur et fromage Haricots beurre Croquettes <i>Gluten, lait, céleri, œufs, arachides</i>
Pomme du verger de Temploux	Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Fruit de saison		

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: boullgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires*, pommes*, tomates pelées, huile d'olive.


Certifié par www.certsys.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 l'IBGE

 : Plat contenant de la viande de porc

 : Poisson MSC (issu de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki/Merlu, Lieu noir, Saumon

 : Plat végétarien

 Suivez-nous sur Facebook **TCO SERVICE**



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.