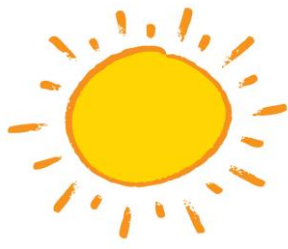




# MENU JUIN 2021

## BEPS


	Mardi 01	Jeudi 03	Vendredi 04
	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage céleri <i>Céleri</i>	Potage <b>courgettes</b> <i>Céleri</i>
	Waterzooi de légumes Julienne de légumes Pommes nature <i>Soja, lait, gluten, céleri</i>	Raïta de <b>concombres</b> Curry de pois chiches à l'oriental Wraps / Riz <i>Céleri, gluten, œufs, moutarde</i>	Pâtes Fromage et petits pois <i>Gluten, céleri, lait</i>
	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Chocolat <i>Soja, lait, fruits à coque</i>
	Lundi 07	Mardi 08	Jeudi 10
Potage <b>épinards</b> <i>Céleri</i>	Potage St Germain <i>Céleri</i>	Potage <b>chou fleur</b> ciboulette <i>Céleri</i>	Potage tomates basilic <i>Céleri</i>
Carbonnade de Quorn <b>Carottes</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>	Pâtes à la norvégienne et <b>épinards</b> Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Chili sin carne (tomates, maïs et haricots rouges) Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>	Fricassée de pois cassés <b>Salade tomates et concombres au basilic</b> Purée nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>
TCO Service participe à la semaine BIO organisée par l'APAQ-W ( <a href="http://www.semainebio.be">www.semainebio.be</a> )			
Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>	Compotine	Fruit de saison
Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
Potage <b>carottes</b> coriandre <i>Céleri</i>	Minestrone <i>Céleri, gluten</i>	Potage <b>courgettes</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>poireaux</b> <i>Céleri</i>
Filet de Quorn Ratatouille <b>(tomates, courgettes, ...)</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri, œufs, moutarde, lait</i>	Omelette <b>Salade de laitue et frisée croquante</b> Vinaigrette du chef Purée nature <i>Œufs, gluten, céleri, lait</i>	Pâtes à la Primavera Verde (courgettes, brocolis,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Burger végétarien bio Biodynamique et ses crudités <i>Gluten, céleri, œufs, moutarde, sésame</i>
Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque, soja</i>
Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
Potage Andalou <i>Céleri</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates persil</b> <i>Céleri</i>
Boulettes végétariennes <b>Fenouil</b> Sauce tomate Boulgour <i>Gluten, céleri</i>	Dahl de lentilles corail Purée de Brocolis <i>Gluten, céleri, lait, soja</i>	Couscous du chef aux <b>légumes</b> <b>de saison</b> <i>Gluten, céleri</i>	Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, œufs, soja, lait</i>
Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	<b>Méli mélo de desserts</b> <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque, soja</i>
Lundi 28	Mardi 29		
Potage <b>courgettes</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>		
Saucisse végétarienne Compote de pommes Purée nature <i>Gluten, œufs, soja, lait</i>	Falafels <b>Laitue / radis / carottes râpées</b> Dressing du chef Purée persillée <i>Céleri, lait, œufs, moutarde, Gluten</i>		
Fruit de saison	Méli mélo de desserts <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque, soja</i>		


**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. TCO Service propose des repas avec minimum 20% d'ingrédients issus de l'agriculture biologique.


Certifié par [www.certisys.eu](http://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 Bruxelles Environnement

 : Plat contenant de la viande de porc

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

 : Plat végétarien

**ALLERGIES:** Pour toutes questions sur les allergènes présents dans nos repas : contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.