



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

DU 5 AU 15 OCTOBRE,
C'EST LA SEMAINE DU
**COMMERCE
ÉQUITABLE !**

TCO service n'a pas attendu
la semaine du commerce équitable
pour mettre des bananes et du
chocolat FAIRTRADE au menu !



Tu aimes le cacao, les bananes, les ananas ?

Sais-tu que ces aliments sont produits
à l'autre bout de la planète ?

Les producteurs du sud sont souvent mal payés pour leur travail

Heureusement, le commerce
équitable existe. C'est
un partenariat entre un
producteur et un acheteur qui
permet de vendre et d'acheter
des marchandises de façon
respectueuse et plus juste.



**Quand tu achètes des
produits équitables, tu
soutiens les producteurs
du sud.** Tu permets de créer
des emplois respectueux des
travailleurs, de garantir un
salaire juste aux producteurs,
de préserver l'environnement,
d'envoyer les enfants à l'école et
de leur donner l'accès aux soins
de santé.

AU MENU FAIRTRADE DE CE MOIS

les épices, le lait de coco, le riz et les bananes seront issus
du commerce équitable. Bon appétit!

MENU OCTOBRE 2022

THE BEPS INTERNATIONAL SCHOOL

Lundi 03	Mardi 04	Jeudi 06	Vendredi 07
Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes cumin BIO <i>Céleri</i>
Dés de céleri-rave Dés de quorn sauce brune à l'orange Petit épeautre	Crudités , dressing Omelette Purée nature	 Pâtes à la Primavera Verde (courgettes, brocolis, petits pois, haricots verts) Fromage râpé	<i>Bortsch ukrainien végétarien</i> (lentilles vertes, chou, tomates, betteraves, carottes) Pommes de terre nature
<i>Gluten, lait, œufs, céleri, moutarde</i>	<i>Lait, gluten, œufs, moutarde</i>	<i>Gluten, Céleri, Lait</i>	 <i>Céleri</i>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit
SEMAINE DU COMMERCE EQUITABLE			
Lundi 10	Mardi 11	Jeudi 13	Vendredi 14
Potage brocoli BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles vertes BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>
Petits pois, sauce tomate Omelette Pomme de terre	Crudités , dressing Lentilles Corail Purée nature	 Couscous de légumes du chef (chou-fleur, butternut, courgettes, pois chiches) Semoule	Curry de légumes (carottes, haricots verts, lait de coco) Riz équitable
<i>Lait, céleri, œufs</i>	<i>Céleri, lait, œufs, moutarde</i>	<i>Gluten, céleri</i>	<i>Céleri, gluten, lait, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Banane équitable
SEMAINE DU COMMERCE EQUITABLE			
Lundi 17	Mardi 18	Jeudi 20	Vendredi 21
Potage St Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>
Courgettes au pesto Burger végétarien Pommes de terre nature	Crudités , dressing Mijoté de pois cassés Quinoa	 Pennes all'arrabiatta Fromage râpé	Haricots verts Mijoté de lentilles Pommes de terre persillées
<i>Gluten, céleri, œufs, lait, fruits à coque, soja, moutarde</i>	<i>Céleri, œufs, moutarde</i>	<i>Gluten, céleri, lait</i>	<i>Céleri</i>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit

L'Ukraine

Menu équitable



 : Plat végétarien

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 (garanties d'origine belge de septembre à juin), pommes (garanties d'origine belge de septembre à juin), tomates pelées, huile d'olive.

20% BIO: repas avec minimum 20% d'ingrédients BIO. Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)

70% local: repas avec 70% de produits locaux.

Allergènes à mention obligatoire, présents comme ingrédients dans le menu (Règlement UE n°1169/2011).

Pour toutes questions sur les allergènes, contacter notre diététicienne par email : allergie@tcoservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

