



MENU AOUT-SEPTEMBRE 2022

THE BEPS INTERNATIONAL SCHOOL

Lundi 05	Mardi 06	Jeudi 08	Vendredi 09
Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>
Carottes Pâtes à la sauce tomate et basilic Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Waterzooi de légumes (poireaux, céleri, carottes) aux haricots blancs Pommes de terre nature <i>Lait, gluten, céleri</i>	Couscous de légumes du chef (carottes, courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten, céleri</i>	Haricots verts Filet de Quorn Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, œufs</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Lundi 12	Mardi 13	Jeudi 15	Vendredi 16
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri BIO <i>Céleri, moutarde</i>
Fenouil à la Provençale Haricots rouges Riz <i>Céleri</i>	Epinards à la crème Omelette Pommes de terre persillées <i>Lait, œufs, céleri, gluten</i>	Viva Italia  Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri) <i>Gluten, céleri</i>	Compote de pommes Boulettes végétariennes Purée nature <i>Gluten, lait, soja, œufs, moutarde, sésame, céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Melon	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>
Lundi 19	Mardi 20	Jeudi 22	Vendredi 23
Potage lentilles Corail BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur persil <i>Céleri</i>
Poireaux à la crème Omelette Pommes de terre nature <i>Céleri, lait, œufs, gluten</i>	Pâtes complètes Sauce aux brocolis et lentilles vertes Fromage râpé <i>Gluten, lait, céleri</i>	Chou-fleur Dhal de lentilles Corail aux carottes Riz <i>Céleri</i>	Haricots verts Mijoté de lentilles Purée nature <i>Lait, céleri</i>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>	Fruit
Lundi 26	Mardi 27	Jeudi 29	Vendredi 30
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage Epinards <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>
Dés de Quorn Sauce aux champignons Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>	Crudités , dressing Salade de riz (pêches, pois chiches) <i>Œufs, moutarde, céleri</i>	Tajine de légumes (carottes, courgettes) aux lentilles vertes Pommes de terre <i>Céleri</i>	Pâtes Sauce tomate au basilic Fromage râpé <i>Gluten, Céleri, Lait</i>
Fruit	Yaourt <i>Lait</i>	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Fruit

 : 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, œufs, 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.

