






MENU NOVEMBRE 2022

THE BEPS INTERNATIONAL SCHOOL

Lundi 07	Mardi 08	Jeudi 10	Vendredi 11
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	
Carottes aux lentilles Pommes de terre persillées <i>Céleri</i>	Crudités , dressing Omelette Purée nature <i>Oeufs, moutarde, lait, céleri</i>	 Chili sin carne (tomates, carottes, maïs haricots rouges) Riz pilaf <i>Céleri</i>	Congé
Compote	Fruit	Fruit	
Lundi 14	Mardi 15	Jeudi 17	Vendredi 18
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage brocoli BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>
Navets au beurre et son coulis de aux lentilles Quinoa <i>Gluten, lait, céleri</i>	Stoemp aux carottes Omelette <i>Lait, œuf, céleri</i>	 Pâtes sauce forestière (champignons) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Pâtes au potiron lentilles corail Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fruit
Lundi 21	Mardi 22	Jeudi 24	Vendredi 25
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage haricots blancs <i>Céleri</i>	Potage tomates-poivrons BIO <i>Céleri</i>
Compote Boulette végétarienne Pommes de terre <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs, moutarde</i>	Crudités , dressing Omelette Purée nature <i>Céleri, œufs, moutarde, gluten, lait</i>	 Couscous de légumes du chef (potimarrons , chou-fleur , pois chiches) Semoule <i>Gluten, céleri</i>	Pâtes sauce tomates carottes , oignons Fromage râpé <i>Gluten, céleri, œufs, lait, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fruit
Lundi 28	Mardi 29		
Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>		
Légumes oubliés (panais , céleri-rave , topinambour) Mijoté de pois-cassés Purée nature <i>Céleri, lait</i>	Pâtes Epinards et Féta <i>Gluten, céleri, lait</i>		
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit		

Menu
d'automne

-  : Plat végétarien
-  : poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, fish st
-  : Plat contenant de la viande de porc

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.

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.

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.

