




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>		Férié	
Blanquette de volaille aux carottes Pommes de terre persillées <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Crudités , dressing Filet de Hoki Purée nature <i>Poissons, céleri, lait, soja, gluten, œufs, moutarde</i>		 Chili sin carne (tomates, carottes, maïs haricots rouges) Riz pilaf <i>Céleri</i>			
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 Filet de cuisse de volaille Quinoa <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>		 Stoemp aux carottes Filet de Lieu noir <i>Poissons, soja, gluten, céleri, lait</i>		 Pâtes sauce forestière (champignons) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>		Pâtes au potiron et dés de poulet 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 de volaille Pommes de terre <i>Gluten, lait, œufs, moutarde</i>		 Crudités , dressing Filet de colin Purée nature <i>Poissons, céleri, œufs, moutarde, soja, gluten, lait</i>		 Couscous de légumes du chef (potimarrons , chou-fleur , pois chiches) Semoule <i>Gluten, céleri</i>		Pâtes Bolognaise de bœuf (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 Saumon Epinards aux lentilles <i>Poissons, 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, œufs, 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.

