















## ☐ Uniquement les potages





☐ Lundis	☐ Mardis	☐ Jeudis	☐ Vendredis
<b>06/01/2020</b>	<b>07/01/2020</b>	<b>09/01/2020</b>	<b>10/01/2020</b> 
Potage brunoise <i>Céleri</i>	Potage Saint-Germain <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	
Filet de cuisse de poulet <b>Champignons</b> à la sauce tomate Frites <i>Gluten, céleri, arachides</i>	 Filet de saumon <b>Navets</b> au beurre Pommes persillées <i>Poisson, céleri, gluten, lait, soja</i>	 Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, courgettes,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs</i>	Potage <b>potiron</b> <i>Céleri</i>  Belgiflette  (pommes de terre, brie, lardons...) <b>Crudités de saison</b> et dressing <i>Lait, céleri, œufs, moutarde</i>
Compotine	<b>Fruit de saison</b>	Yaourt <i>Lait</i>	Rocher des neiges <i>Gluten, œufs</i>
<b>13/01/2020</b>	<b>14/01/2020</b>	<b>16/01/2020</b>	<b>17/01/2020</b>
Potage Parmentier <i>Céleri</i>	Potage tomates persil <i>Céleri</i>	Potage <b>cresson</b> <i>Céleri</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>
Escalope de poulet Sauce à l'estragon <b>Carottes</b> Vichy Frites / Boulgour <i>Gluten, céleri, arachides</i>	 Waterzooi de poisson Julienne de légumes (poireaux, céleri,...) Riz <i>Poisson, céleri, soja, lait, gluten</i>	 Pâtes E Fagioli (tomates, <b>carottes, céleri,</b> haricots blancs,...) <i>Gluten, céleri, lait</i>	Hamburger pur bœuf Salade de <b>betteraves rouges</b> Dressing du chef Purée nature <i>Céleri, moutarde, lait, gluten</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Chocolat <i>Lait, soja</i>	<b>Fruit de saison</b>
<b>20/01/2020</b>	<b>21/01/2020</b>	<b>23/01/2020</b>	<b>24/01/2020</b>
Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>	Potage fenouil <i>Céleri</i>	Potage <b>poireaux</b>  <i>Céleri</i>	<b>Nouvel an chinois</b> 
 Pain de viande <b>Chou rouge</b> aux pommes Frites <i>Gluten, céleri, lait, soja, œufs, arachides</i>	 Filet de Lieu noir Sauce au citron <b>Crudités de saison</b> Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, lait, œufs, moutarde, gluten</i>	 Pennes à la méditerranéenne (tomates, poivrons, oignons,...) <i>Gluten, céleri, lait</i>	Bouillon de légumes <i>Céleri</i> Rendang de bœuf à l'asiatique, légumes chinois et riz basmati <i>Gluten, céleri, lait, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Emmental  <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>
<b>27/01/2020</b>	<b>28/01/2020</b>	<b>30/01/2020</b>	<b>31/01/2020</b>
<i>Conférence pédagogique pour l'école maternelle et primaire</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage <b>potiron</b> <i>Céleri</i>	Potage haricots blancs <i>Céleri</i>
	 Filet de Colin au curry Purée de <b>céleri rave</b> <i>Poisson, lait, soja, céleri, gluten</i>	 Curry de pois chiches à l'orientale au <b>chou-fleur</b> Riz <i>Céleri</i>	Saucisse de volaille <b>Salade mixte</b> Dressing du chef Frites / Purée nature <i>Gluten, céleri, œufs, moutarde, lait, arachides</i>
	<b>Fruit de saison</b>	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	<b>Fruit de saison</b>

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** 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\*, pommes\*, tomates pelées, yaourt, huile d'olive.  
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 saison de Bruxelles Environnement

 : Plat contenant de la viande de porc  
 : Poisson MSC (issu de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki, Lieu noir, Saumon  
 : Plat végétarien

Suivez-nous sur Facebook TCO SERVICE

**CERTISYS**  
BIO CERTIFICATION



**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.