

Diners chauds gratuits :

Nom et prénom de l'enfant : _____ Classe : _____

Comment faire ? Il faut mettre une croix dans les cases les jours où vous souhaitez que votre enfant prenne un dîner chaud. Si votre enfant retourne à midi à la maison, il peut dîner à l'école avant de retourner. Il n'y a pas de dîner le mercredi. Nous restons à votre disposition pour toutes questions ou renseignements que vous souhaiteriez obtenir.



MENU JANVIER 2024

À LA MONTAGNE



lundi 08	mardi 09	jeudi 11	vendredi 12
<p>Dés de navets Raviolis (bœuf et poulet) à la sauce tomate et basilic Fromage râpé</p> <p><i>Gluten (blé), céleri, œufs, lait</i></p> <p>Compotine</p>	<p>Julienne de légumes (poireaux, céleri-rave, carottes) Waterzooi de poissons Riz</p> <p><i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten (blé)</i></p> <p>Fruit</p>	<p>Couscous de légumes du chef (potiron, chou blanc, pois chiches) Semoule</p> <p><i>Céleri, gluten (blé)</i></p> <p>Yaourt <i>Lait</i></p>	<p>Crudités, vinaigrette Belgiflette (pommes de terre, brie, lardons)</p> <p><i>Lait, céleri, œufs, moutarde, gluten (blé)</i></p> <p>Fruit</p>
lundi 15	mardi 16	jeudi 18	vendredi 19
<p>Carottes et son coulis de tomates Filet de poulet Quinoa</p> <p><i>Céleri, œufs, gluten (blé), orge, lait</i></p> <p>Yaourt <i>Lait</i></p>	<p>Purée de céleri-rave Filet de saumon</p> <p><i>Poissons, céleri, gluten (blé), lait, soja</i></p> <p>Fruit</p>	<p>Pâtes (complètes) Sauce au pesto et petits pois Fromage râpé</p> <p><i>Gluten (blé), céleri, lait</i></p> <p>Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i></p>	<p>Betteraves rouges râpées, vinaigrette Boulette, sauce Liégeoise Purée nature</p> <p><i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i></p> <p>Fruit</p>
lundi 22	mardi 23	jeudi 25	vendredi 26
<p>Courgettes Poulet Yassa Riz</p> <p><i>Céleri, œufs, moutarde, gluten (blé)</i></p> <p>Fruit</p>	<p>Filet de lieu noir Purée au céleri et cerfeuil</p> <p><i>Poissons, céleri, gluten (blé), lait, soja</i></p> <p>Fromage <i>Lait</i></p>	<p>Pennes, sauce légumes et légumineuses (tomates, carottes, lentilles vertes) Fromage râpé</p> <p><i>Gluten (blé), céleri, lait</i></p> <p>Yaourt <i>Lait</i></p>	<p>Chou rouge aux pommes Burger de bœuf Pommes de terre persillées</p> <p><i>Gluten (blé, orge), lait, céleri</i></p> <p>Fruit</p>
lundi 29	mardi 30		
<p>Carottes Vichy Filet de poulet Orge</p> <p><i>Céleri, œufs, gluten (blé, orge), lait</i></p> <p>Yaourt <i>Lait</i></p>	<p>Potée aux épinards Filet de cabillaud</p> <p><i>Poissons, céleri, gluten (blé), lait, soja</i></p> <p>Fruit</p>		

: Plat végétarien
 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, fish stick
 : 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, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).
 Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01).
70% local: 70% des ingrédients sont d'origine locale.
 Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (AR belge 17/07/2014). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Nos repas étant préparés en cuisine de collectivité, nous ne pouvons pas garantir l'absence de traces d'allergènes supplémentaires. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : allergie@tcoservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.



A rendre pour le **mardi 12/12** au titulaire de votre enfant.