











MENU DECEMBRE 2019

INSTITUT DE LA PROVIDENCE

WOLUWE SAINT-LAMBERT

			
Lundi 02		Mardi 03	
Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage potiron coriandre <i>Céleri</i>	Minestrone <i>Céleri, gluten</i>	Saint-Nicolas Potage des enfants sages (tomates) <i>Céleri</i> Saucisse de volaille Carottes râpées de l'âne Pommes persillées <i>Gluten, céleri</i> Spéculoos <i>Gluten, soja</i>
 Rôti de porc Brocolis au yaourt Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Filet de Cabillaud Purée aux poireaux <i>Poisson, gluten, céleri, lait, soja</i>	 Pâtes aux légumes et légumineuses Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Fruit de saison	
Lundi 09		Mardi 10	
Bouillon de légumes <i>Céleri</i>	Potage Parmentier <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Vendredi 13
 Sauté de porc à la moutarde douce Haricots princesse Boulgour <i>Gluten, céleri, moutarde</i>	 Filet de Colin Crudités de saison Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, céleri, gluten, soja, œufs, moutarde, lait</i>	Riz cantonnais aux petits légumes (dés de dinde, petits pois,...) oignons,...) <i>Lait, céleri, œufs</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit de saison	Mousse au chocolat <i>Lait</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf (tomates, carottes,...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>
Lundi 16		Mardi 17	
Potage petits pois <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Vendredi 20
Vol au vent de volaille Champignons Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Fish sticks Sauce tartare Crudités de saison Purée nature <i>Poisson, céleri, gluten, œufs, moutarde, lait</i>	 Pennes Sauce au fromage Courgettes au persil Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Menu de Noël  Potage potimarron <i>Céleri</i> Paupiette de veau Poire au sirop Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>
Compote	Fruit de saison	Yaourt <i>Lait</i>	
			
Vacances d'hiver			


Vacances d'hiver

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: 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, yaourt, huile d'olive.


Certifié par 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

**PÊCHE
DURABLE
MSC**
www.msc.org

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.