



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

Remplis la grille de mots en lien avec le Bio en utilisant les indices

1. Je produis de la nourriture dans le monde entier
2. BIO est mon petit nom
3. Je fournis les repas chauds dans ton école
4. Je suis l'ami des papilles gustatives
5. Je me balade dans la terre
6. Nous sommes au nombre de 12 dans le logo BIO européen
7. Quand je mange bio et en plein air, mes œufs sont bio
8. Je suis la saison des tomates en Belgique



TCO Service participe à « la semaine BIO » du 1 au 9 juin 2024.

Plus d'infos : <https://biomonchoix.be/semainebio>

		2														
1	4															
								Tu reconnais un produit certifié BIO au niveau européen grâce à ce logo sur l'emballage.								
		3								5				6		
																
		7														
										8						


TCO SERVICE utilise un maximum de produits BIO.
Tu trouveras la liste en bas de page du menu.


Pour l'occasion, un repas 100% BIO au menu


Potage aux lentilles corail, orzo à la méditerranéenne, biscuit.

MENU JUIN - JUILLET 2024

lundi 03	mardi 04	mercredi 05	jeudi 06	vendredi 07
Potage courgettes BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>
Légumes d'été, sauce aigre-douce Emincés de volaille Riz <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri</i>	 Potée aux bettes Filet de Merlu <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>	Petits pois Filet de poulet Quinoa <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Orzo (pâtes grecques) à la méditerranéenne BIO (tomates, courgettes , fromage) 	 Crudités , vinaigrette Saucisse Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i>
TCO Service participe à la semaine BIO (https://biomonchoix.be/semainebio)				
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit BIO <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 10	mardi 11	mercredi 12	jeudi 13	vendredi 14
Potage brocoli BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>
 Porc Marengo (tomates, champignons) Pommes de terre <i>Gluten (blé), céleri, moutarde</i>	 Crudités , vinaigrette Filet de Lieu Purée nature <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>	Carottes Filet de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Pâtes (complètes) E FAGIOLI (tomates, carottes , haricots blancs, céleri) <i>Gluten (blé), céleri</i>	Chou chinois Dés de poulet, sauce curry au lait de coco Riz <i>Gluten (blé, orge), œufs, céleri, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 17	mardi 18	mercredi 19	jeudi 20	vendredi 21
Potage St-Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage navets BIO <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>	Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>
 Carottes persillées Boulette, sauce tomate Orge <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri</i>	 Epinards à la crème Filet de Colin Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>	Brocoli Rôti de dinde Purée nature <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Pâtes aux légumes (carottes , tomates, courgettes) et légumineuses (lentilles) <i>Gluten (blé), céleri</i>	Crudités , vinaigrette Filet de poulet, sauce barbecue Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fromage <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fruit
lundi 24	mardi 25	mercredi 26	jeudi 27	vendredi 28
Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>	Potage courgettes BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>
 Ratatouille (tomates, oignons, courgettes) Springue de porc Quinoa <i>Céleri</i>	 Pâtes à l'Ostendaise (cabillaud, crevettes roses, carottes , poireaux, céleri-rave) <i>Gluten (blé, seigle), crustacés, poissons, soja, lait, céleri</i>	Chou-fleur Filet de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Chili sin carne (tomates, maïs et haricots rouges) Riz/Wraps <i>Céleri, (gluten blé)</i>	 Hamburger Pistolet/sandwich - crudités - mayonnaise aux herbes - burger de boeuf <i>Gluten (blé, seigle), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sésame</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fruit	Méli-mélo de desserts <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
lundi 1 juillet	mardi 2 juillet	mercredi 3 juillet	jeudi 4 juillet	vendredi 5 juillet
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>	Potage brocoli BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage courgettes BIO <i>Céleri</i>
Haricots verts Omelette Purée nature <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 Crudités , vinaigrette Fish sticks Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, céleri, moutarde</i>	Carottes Filet de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 Couscous de légumes du chef (carottes , courgettes , pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Paëlla aux légumes et lardinettes de dinde <i>Œufs, céleri</i>
Compotine	Fruit	Fruit	Fruit	Méli-mélo de desserts <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>

 : Plat végétarien

 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, 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.

