

Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

Janvier 2022

lundi 3 janvier 2022	mardi 4 janvier 2022	mercredi 5 janvier 2022	jeudi 6 janvier 2022	vendredi 7 janvier 2022
lundi 10 janvier 2022	mardi 11 janvier 2022	mercredi 12 janvier 2022	jeudi 13 janvier 2022	vendredi 14 janvier 2022
<p>Potage au fenouil (*) 10</p> <p>Schnitzel de Quorn 1.5 Potée aux <u>poireaux</u> 2.10</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au céleri vert (*) 10</p> <p>Omelette (*) 2, 5 Brocolis (*) à l'ail Pommes de terre rissolées</p> <p>VEGGIE</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Potage Parmentier (*) 10</p> <p>Coquillettes (*) Sauce bolognaise végétarienne 8.10 Fromage râpé 2</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fromage blanc aux fruits</p>	<p>Potage Andalou (*) 10</p> <p>Couscous de légumes (céleri, poivrons verts et rouges, ...) & pois chiches 10 Semoule de blé 1,10</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux carottes (*) 10</p> <p>Duo de poissons 6 en cassolette (Pollack AI et Saumon) Crudités Purée de pommes de terre 2</p> <p>Biscuit </p>
lundi 17 janvier 2022	mardi 18 janvier 2022	mercredi 19 janvier 2022	jeudi 20 janvier 2022	vendredi 21 janvier 2022
<p>Potage au panais (*) 10</p> <p>Carbonade de Quorn 10, 11, 13 <u>Carottes étuvées</u> Frites</p> <p>VEGGIE </p> <p>Fromage blanc sucré</p>	<p>Potage au cerfeuil (*) 10</p> <p>Pennes (*) Sauce bolognaise végétarienne 8.10 Fromage râpé 2</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux poireaux (*) 10</p> <p>Schnitzel de Quorn 1.5 Potée au <u>céleri rave</u> 2.10</p> <p>VEGGIE</p> <p>Yaourt aux fraises BIO</p>	<p>Potage au céleri vert (*) 10</p> <p>Vol-au-vent végétarien <u>aux champignons</u> 1,2,5,8,10 Riz blanc 8</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux navets (*) 10</p> <p>Poisson grillé (Hoki de New Zelande) 6,10 Crudités Pommes de terre </p> <p>Biscuit</p>
lundi 24 janvier 2022	mardi 25 janvier 2022	mercredi 26 janvier 2022	jeudi 27 janvier 2022	vendredi 28 janvier 2022
<p>Potage Parmentier (*) 10</p> <p>Burger de Quorn 1.2.5 Potée au <u>chou frisé</u> 2.10</p> <p>VEGGIE</p> <p>Yaourt vanille BIO</p>	<p>Potage aux tomates (*) 10</p> <p>Omelette (*) 2, 5 Fenouil (*) en sauce blanche 2 Pommes de terre rissolées</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au céleri vert (*) 10</p> <p>Fish sticks (Colin d'Alaska) 1,6 Sauce tartare 1,5,8,10,11 Petits pois (*) Pommes de terre </p> <p>VEGGIE</p> <p>Raisins secs BIO</p>	<p>Potage au potiron (*) 10</p> <p>Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au panais (*) 10</p> <p>Schnitzel de Quorn 1.5 Sauce Sambre & Meuse 2.8.11.13 Salade de <u>radis</u> & laitue 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2</p> <p>Biscuit </p> <p>VEGGIE</p>
lundi 31 janvier 2022	mardi 1 février 2022	mercredi 2 février 2022	jeudi 3 février 2022	vendredi 4 février 2022
<p>Potage au brocoli (*) 10</p> <p>Boulettes végétariennes 5 Sauce tomate & basilic Haricots verts (*) Frites</p> <p>Pudding vanille</p>	<p>Potage au fenouil (*) 10</p> <p>Cordon bleu végétarien 1, 2, 5, 8, 10, 11 Potée aux <u>carottes</u> 2.10</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au cresson (*) 10</p> <p>Pennes (*) Sauce bolognaise végétarienne 8.10 Fromage râpé 2</p> <p>Compote pommes BIO</p>	<p>Potage aux oignons (*) 10</p> <p>Burger végétarien "maison" 1,5,8 Sauce curry pommes 2,8,10 Blé (*) 1,10</p> <p>VEGGIE</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au céleri rave (*) 10</p> <p>Poisson meunière (Cabillaud) 1,5,6 Crudités Pommes de terre </p> <p>Chandeleur</p>

Informations complémentaires

Référence: calendriers de l'IBGE et de l'APAQ-W

Produits de saison

Sont en gras et soulignés au menu

Produits 100% issus de l'agriculture responsable (*)

Les légumes francs (carottes, épinards, petits pois, brocolis, poireaux et haricots verts), le blé, le boulghour, la semoule, les pâtes blanches, les pois chiches, les haricots blancs et rouges, les pommes de terre rissolées, les préparations d'œufs, la saucisse de volaille, tous nos fruits, les compotes (plat et dessert), les raisins secs, les yaourts

Produits 100% issus du circuit court

Nos viandes, nos pommes de terre et frites, nos pommes, poires et prunes (en saison) proviennent de Belgique

1. Gluten, 2. Lait, 3. Crustacés, 4. Mollusques, 5. Œuf, 6. Poisson, 7. Arachides, 8. Soja, 9. Fruits à coques, 10. Céleri, 11. Moutarde, 12. Graines de sésame, 13. Sulfites, 14. Lupin

La composition de nos repas est susceptible de changer en fonction des arrivages. Nos repas peuvent contenir des traces d'autres allergènes que ceux communiqués.

Recette belge:

Plat contenant du poisson issu de la pêche durable:

Plat contenant du porc:

Repas végétarien:

Produit issu du commerce équitable:

ATELIER
by sodexo