

Ecoles communales de Charleroi MENU ORDINAIRE

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
Potage au fenouil (*) 10 Sauté de porc Sauce moutarde à l'ancienne 11,13 Potée aux poireaux 2,10 Fruit frais BIO	Potage au céleri vert (*) 10 Daube de bœuf à la méditerranéenne Brocolis (*) à l'ail Pommes de terre rissolées Mousse au chocolat	Potage Parmentier (*) 10 Coquillettes (*) Sauce carbonara de dinde aux champignons 2,5,10 Fromage râpé 2 Fromage blanc aux fruits	Potage Andalou (*) 10 Couscous de légumes (céleri, poivrons verts et rouges, ...) & pois chiches 10 Semoule de blé 1,10 Fruit frais BIO	Potage aux carottes (*) 10 Duo de poissons 6 en cassiolette (Pollack Al et Saumon) Crudités Purée de pommes de terre 2 Biscuit
lundi 17 janvier 2022	mardi 18 janvier 2022	mercredi 19 janvier 2022	jeudi 20 janvier 2022	vendredi 21 janvier 2022
Potage au panais (*) 10 Carbonade de bœuf 2,5,10,11,13 Carottes étuvées Frites Fromage blanc sucré	Potage au cerfeuil (*) 10 Pennes (*) Sauce Milanaise de bœuf 2,5,10 Fromage râpé 2 Fruit frais BIO	Potage aux poireaux (*) 10 Escalopine de porc Potée au céleri rave 2,10 Yaourt aux fraises BIO	Potage au céleri vert (*) 10 Vol-au-vent végétarien aux champignons 1,2,5,8,10 Riz blanc 8 Fruit frais BIO	Potage aux navets (*) 10 Poisson grillé (Hoki de New Zelande) 6,10 Crudités Pommes de terre Biscuit
lundi 24 janvier 2022	mardi 25 janvier 2022	mercredi 26 janvier 2022	jeudi 27 janvier 2022	vendredi 28 janvier 2022
Potage Parmentier (*) 10 Burger (bœuf/volaille) 1 Jus de viande Potée au chou frisé 2,10 Yaourt vanille BIO	Potage aux tomates (*) 10 Omelette (*) 2,5 Fenouil (*) en sauce blanche 2 Pommes de terre rissolées Fruit frais BIO	Potage au céleri vert (*) 10 Fish sticks (Colin d'Alaska) 1,6 Sauce tartare 1,5,8,10,11 Petits pois (*) Pommes de terre Raisins secs BIO	Potage au potiron (*) 10 Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10 Fruit frais BIO	Potage au panais (*) 10 Filet de poulet Sauce Sambre & Meuse 2,8,11,13 Salade de radis et laitue 5,10,11 Purée de pommes de terre 2 Biscuit
lundi 31 janvier 2022	mardi 1 février 2022	mercredi 2 février 2022	jeudi 3 février 2022	vendredi 4 février 2022
Potage au brocoli (*) 10 Boulettes de volaille 1 Sauce tomate & basilic Haricots verts (*) Frites Pudding vanille	Potage au fenouil (*) 10 Cordon bleu de dinde 1,2 Potée aux carottes 2,10 Fruit frais BIO	Potage au cresson (*) 10 Pennes (*) Sauce Napolitaine de dinde 2 Fromage râpé 2 Compote pommes BIO	Potage aux oignons (*) 10 Burger végétarien "maison" 1,5,8 Sauce curry pommes 2,8,10 Blé (*) 1,10 Fruit frais BIO	Potage au céleri rave (*) 10 Poisson meunière (Cabillaud) 1,5,6 Crudités Pommes de terre Chandeleur

Recette belge:



Plat contenant du poisson issu de la pêche durable:



Plat contenant du porc:



Repas végétarien:



Produit issu du commerce équitable:



Informations complémentaires

Référence: calendriers de l'IBGE et de l'APAAQ-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.

ATELIER
by sodexo