

Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

Février 2022

lundi 31 janvier 2022	mardi 1 février 2022	mercredi 2 février 2022	jeudi 3 février 2022	vendredi 4 février 2022
	Potage au fenouil (*) 10 Cordon bleu végétarien 1, 2, 5, 8, 10, 11 Potée aux carottes 2, 10 VEGGIE Fruit frais BIO	Potage au cresson (*) 10 Pennes (*) Sauce bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 VEGGIE Compote pommes BIO	Potage aux oignons (*) 10 Burger végétarien "maison" 1, 5, 8 Sauce curry & pommes 2, 8, 10 Blé (*) 1, 10 VEGGIE Fruit frais BIO	Joyeuse Chandeleur! Potage au céleri rave (*) 10 Filet de Cabillaud meunière 1,5,6 Crudités 5, 10, 11 Pommes de terre VEGGIE Crêpe BIO
Potage Andalou (*) 10 Cabonade de Quorn 10, 11, 13 Haricots verts (*) Pommes de terre rissolées Yaourt vanille BIO VEGGIE	Potage au céleri vert (*) 10 Coquillettes (*) 1 Sauce napolitaine de Quorn 5 Fromage râpé 2 VEGGIE Fruit frais BIO	Potage aux navets (*) 10 Schnitzel de Quorn 1, 5 Choux de Bruxelles (*) Pommes de terre Yaourt framboises BIO VEGGIE	Potage aux tomates (*) 10 Couscous de légumes (céleri, poivrons verts et rouges, ...) & pois chiches (*) 10 Semoule de blé (*) 1,10 VEGGIE Fruit frais BIO	Potage Parmentier (*) 10 Duo de poisson (Pollak d'Alaska et saumon) en cassolette 6 Crudités 5, 10, 11 Pommes de terre VEGGIE Biscuit
Potage aux carottes (*) 10 Cabonade de Quorn 10, 11, 13 Potée au Chou frisé 2, 10 VEGGIE Fromage blanc sucré	Potage au cerfeuil (*) 10 Omelette (*) 2, 5 Fenouil (*) en sauce blanche 2 Frites/Pommes nature VEGGIE Fruit frais BIO	Potage au panais (*) 10 Pennes (*) 1 Sauce bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 VEGGIE Yaourt aux fraises BIO	Potage aux poireaux (*) 10 Vol-au-vent végétarien aux champignons 1, 2, 5, 8, 10 Riz blanc 8 VEGGIE Fruit frais BIO	Potage au potiron (*) 10 Fish sticks (Colin d'Alaska) 1,6 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Salade de radis et laitue 5, 10, 11 Pommes de terre VEGGIE Biscuit
Potage au cresson (*) 10 Burger végétarien "maison" 1, 5, 8 Poireaux (*) en sauce blanche 2 Pommes de terre rissolées Yaourt vanille BIO VEGGIE	Potage au céleri rave (*) 10 Omelette (*) 2, 5 Chou rouge aux pommes Pommes de terre VEGGIE Fruit frais BIO	Potage aux tomates (*) 10 Filet de Hoki grillé (N-Z) 6, 10 Sauce julienne de légumes 1, 10 Carottes (*) Purée de pommes de terre 2 Fromage blanc aux fruits VEGGIE	Potage au brocoli (*) 10 Coquillettes (*) 1 Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 VEGGIE Fruit frais BIO	Menu de Carnaval! Potage aux navets (*) 10 Boulettes végétariennes 5 Coulis de poivrons jaune 2, 10 Salade de radis et laitue 10 Purée de pommes de terre 2 VEGGIE Biscuit
		Vacances de Carnaval! VEGGIE		

Informations complémentaires

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

Produits de saison

Légumes

Carotte, céleri rave, champignon, chou de Bruxelles, chou frisé, chou rouge, cresson, navet, oignon, panais, poireau, potiron

Fruits

Poire, pomme

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

Les légumes francs (carottes, épinards, petits pois, brocolis, poireaux, haricots verts, fenouil en sauce blanche, chou de Bruxelles) le blé, le boulghour, la semoule, les pâtes blanches, les pois chiches, les haricots blancs et rouges, 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

Allergènes

- 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. Sulfités, 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: VEGGIE Produit issu du commerce équitable: