

Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

Juin 2022

lundi 30 mai 2022	mardi 31 mai 2022	mercredi 1 juin 2022	jeudi 2 juin 2022	vendredi 3 juin 2022
		Potage aux pois (*) 10 Schnitzel de Quorn Haricots verts (*) Pommes de terre rissolées VEGGIE Yaourt framboises BIO	Potage aux tomates (*) 10 Vol-au-vent de Quorn aux champignons Riz blanc VEGGIE Fruit frais BIO	Potage aux poireaux (*) 10 Filet de Hoki grillé 6, 10 (Nouvelle-Zélande) Potée aux carottes 2, 10 Crudités 5, 10, 11 Biscuit
lundi 6 juin 2022	mardi 7 juin 2022	mercredi 8 juin 2022	jeudi 9 juin 2022	vendredi 10 juin 2022
	Potage Parmentier (*) 10 Carbonade de Quorn à la liégeoise Carottes (*) Frites Fruit frais BIO VEGGIE	Potage aux courgettes (*) 10 Burger de Quorn Potée liégeoise VEGGIE Compote BIO	Potage aux oignons (*) 10 Couscous de légumes & pois chiches (*) Semoule de blé (*) Fruit frais BIO VEGGIE	Potage aux épinards (*) 10 Duo de poissons 6 (Pollak d'Alaska & Saumon) en cassolette Crudités 5, 10, 11 Pommes de terre Biscuit
lundi 13 juin 2022	mardi 14 juin 2022	mercredi 15 juin 2022	jeudi 16 juin 2022	vendredi 17 juin 2022
Potage aux pois (*) 10 Boulettes végétariennes Coulis de poivrons jaunes Riz aux légumes VEGGIE Pudding vanille	Potage au chou-fleur (*) 10 Carbonade de Quorn Carottes (*) Pommes de terre rissolées VEGGIE Fruit frais BIO	Potage aux poireaux (*) 10 Pennes (*) Sauce napolitaine de Quorn Fromage râpé Fromage râpé 2 VEGGIE Fromage blanc aux fruits	Potage au brocoli (*) 10 Burger végétarien "maison" Sauce Sambre & Meuse Blé (*) VEGGIE Fruit frais BIO	Potage au cerfeuil (*) 10 Filet de Hoki 1, 5, 6 Crudités 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Twibio Chocolat
lundi 20 juin 2022	mardi 21 juin 2022	mercredi 22 juin 2022	jeudi 23 juin 2022	vendredi 24 juin 2022
Potage Andalou (*) 10 Burger de Quorn Sauce curry & pommes Frites VEGGIE Fromage blanc sucré	Potage aux carottes (*) 10 Omelette (*) Brocolis (*) à l'ail Pommes de terre VEGGIE Fruit frais BIO	Potage au cerfeuil (*) 10 Cordon bleu de Quorn Haricots verts (*) Purée de pommes de terre VEGGIE Yaourt aux fraises BIO	Potage au céleri vert (*) 10 Pennes (*) Bolognaise végétarienne Fromage râpé VEGGIE Fruit frais BIO	Potage Parmentier (*) 10 Fish stiks (Colin d'Alaska) 1, 6 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Salade de radis & laitue 5, 10, 11 Pommes de terre Biscuit
lundi 27 juin 2022	mardi 28 juin 2022	mercredi 29 juin 2022	jeudi 30 juin 2022	vendredi 1 juillet 2022
Potage aux courgettes (*) 10 Boulettes végétariennes Sauce tomate & basilic Petits pois (*) Pommes de terre VEGGIE Yaourt vanille BIO	Potage aux tomates (*) 10 Carbonade de Quorn Carottes (*) Purée de pommes de terre VEGGIE Fruit frais BIO	Potage au céleri vert (*) 10 Coquillettes (*) Sauce napolitaine de Quorn Fromage râpé VEGGIE Liégeois	Potage Parmentier (*) 10 Burger végétarien "maison" Coulis de poivrons au persil Blé (*) VEGGIE Fruit frais	Bonnes vacances !

Informations complémentaires

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

Produits de saison

Légumes

Brocoli, carotte, champignon, chou-fleur, courgette, épinard, fenouil, petits pois, poireau, radis, laitue

Fruits

/

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

Les légumes francs (carottes, épinards, petits pois, brocolis, poireaux, haricots verts, fenouil en sauce blanche, choux de Bruxelles) le blé, le boulghour, la semoule, les pâtes blanches, les pois chiches, les haricots blancs et rouges, les préparations d'œufs, la sauce 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,
- Mollusques, 5. Œuf,
- Poisson, 7. Arachides, 8. Soja,
- Fruits à coques, 10. Céleri
- Moutarde, 12. Graines de sésame
- 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: