

# Ecoles communales de Charleroi MENU ORDINAIRE

# Novembre 2022

lundi 31 octobre 2022	mardi 1 novembre 2022	mercredi 2 novembre 2022	jeudi 3 novembre 2022	vendredi 4 novembre 2022
<b>lundi 7 novembre 2022</b> <b>Potage aux navets (*) 10</b>  <b>Coquillettes (*) 1</b> Sauce milanaise de boeuf 2, 5, 10 Fromage râpé 2  <b>Yaourt aux framboises BIO</b>	<b>mardi 8 novembre 2022</b> <b>Potage au potiron (*) 10</b>  Escalopine de porc Potée aux <b>épinards</b> 2, 10  <b>Fruit frais BIO</b>	<b>mercredi 9 novembre 2022</b> <b>Potage aux pois (*) 10</b>  Filet de poulet <b>Brocolis (*)</b> à l'ail Pommes de terre rissolées  Pudding vanille	<b>jeudi 10 novembre 2022</b> <b>Potage Andalou (*) 10</b>  Vol-au-vent de Quorn aux <b>champignons</b> 1, 2, 5, 8, 10 Riz blanc 8 VEGGIE  <b>Fruit frais BIO</b>	<b>vendredi 11 novembre 2022</b> 
<b>lundi 14 novembre 2022</b> <b>Recette Marocaine</b> <b>Potage aux tomates (*) 10</b>  Couscous légumes & boulettes 1, 2, 5, 8, 10, 11  Fromage blanc aux fruits	<b>mardi 15 novembre 2022</b> <b>Potage aux poireaux (*) 10</b>  Daube de boeuf à la méditerranéenne 2, 5 <b>Brocolis (*)</b> Frites  <b>Fruit frais BIO</b>	<b>mercredi 16 novembre 2022</b> <b>Potage au cerfeuil (*) 10</b>  Escalopine de dinde Potée de <b>carottes</b> 2, 10  Pudding au chocolat	<b>jeudi 17 novembre 2022</b> <b>Potage aux navets (*) 10</b>  <b>Pennes (*) 1</b> Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 VEGGIE  <b>Fruit frais BIO</b>	<b>vendredi 18 novembre 2022</b> <b>Potage aux carottes (*) 10</b>  Duo de poissons (Pollak d'Alaska & Saumon) en cassiolette 6 Crudités 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 <b>Biscuit BIO</b>
<b>lundi 21 novembre 2022</b> <b>Potage Andalou (*) 10</b>  Epigramme (boeuf/volaïlle) 1 Jus de viande <b>Petits pois (*) &amp; carottes (*)</b> Pommes de terre rissolées  Fromage blanc sucré	<b>mardi 22 novembre 2022</b> <b>Potage au céleri vert (*) 10</b>  <b>Coquillettes (*) 1</b> Sauce carbonara de dinde aux <b>champignons</b> 2, 5, 10 Fromage râpé 2  <b>Fruit frais BIO</b>	<b>mercredi 23 novembre 2022</b> <b>Potage Parmentier (*) 10</b>  Escalopine de porc Potée liégeoise 2, 10  <b>Yaourt aux fraises BIO</b>	<b>jeudi 24 novembre 2022</b> <b>Potage aux épinards (*) 10</b>  Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10 VEGGIE  <b>Fruit frais BIO</b>	<b>vendredi 25 novembre 2022</b> <b>Potage aux pois (*) 10</b>  Filet de Hoki grillé 6, 10 (Nouvelle-Zélande) Sauce julienne de légumes 2, 10 Crudités 5, 10, 11 Pommes de terre Biscuit
<b>lundi 28 novembre 2022</b> <b>Potage aux courgettes (*) 10</b>  Carbonade de boeuf 2, 5, 10, 11, 13 Compote Zanzibar Frites  Liégeois	<b>mardi 29 novembre 2022</b> <b>Potage aux navets (*) 10</b>  Boulettes de volaille 1 Sauce tomate & basilic <b>Petits pois (*)</b> Purée de pommes de terre 2  <b>Fruit frais BIO</b>	<b>mercredi 30 novembre 2022</b> <b>Potage aux poireaux (*) 10</b>  <b>Pennes (*) 2</b> Sauce napolitaine de dinde 2 Fromage râpé 2  Riz au lait	<b>jeudi 1 décembre 2022</b> 	<b>vendredi 2 décembre 2022</b> 

**Informations complémentaires**

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

**Produits de saison**

**Légumes**

Brocoli, carotte, céleri branche, céleri rave, cerfeuil, champignon, chicon, chou de Bruxelles, chou-fleur, chou frisé, chou rouge, cresson, épinard, fenouil, navet, oignon, panais, poireau, potiron, radis, salade

**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, 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 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**

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. 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:

Produit issu du commerce équitable: