




Ecoles communales de Charleroi MENU ORDINAIRE


Mars 2023


lundi 27 février 2023	mardi 28 février 2023	mercredi 1 mars 2023	jeudi 2 mars 2023	vendredi 3 mars 2023
 <h3 style="color: purple;">Congé de Carnaval</h3>				
lundi 6 mars 2023	mardi 7 mars 2023	mercredi 8 mars 2023	jeudi 9 mars 2023	vendredi 10 mars 2023
<p>Potage aux navets (*) 10</p> <p>Boulettes de volaille 1 Sauce tomate & basilic Brocolis (*) à l'ail Pommes de terre</p> <p>Fromage blanc aux fruits BIO</p>	<p>Potage aux oignons (*) 10</p> <p>Carbonade de boeuf 2, 5, 10, 11, 13 Petits pois & carottes (*) Frites</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage Andalou (*) 10</p> <p>Sauté de porc Potée aux poireaux 2, 10</p> <p>Pudding chocolat</p>	<p>Potage aux pois (*) 10</p> <p>Pennes (*) 1 Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage Parmentier (*) 10</p> <p>Duo de poisson (Polak d'Alaska & Saumon) en cassolette 6 Crudités 5, 10, 11 Boulghour(*) aux légumes 1, 10 Biscuit</p>
lundi 13 mars 2023	mardi 14 mars 2023	mercredi 15 mars 2023	jeudi 16 mars 2023	vendredi 17 mars 2023
<p>Menu "It's like"</p> <p>Potage au brocoli (*) 10</p> <p>Tortellini ricotta épinards Sauce courgettes et tomate Fromage râpé 2</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Potage au potiron (*) 10</p> <p>Daube de boeuf à la méditerranéenne 2, 5 Haricots verts (*) Pommes de terre risollées</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux tomates (*) 10</p> <p>Escalopine de porc Carottes (*) Purée de pommes de terre 2</p> <p>Fromage blanc sucré</p>	<p>Potage Parmentier (*) 10</p> <p>Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux épinards (*) 10</p> <p>Filet de Cabillaud meunière 1, 5, 6 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Salade de radis et laitue 5, 10, 11 Pommes de terre</p> <p>Biscuit BIO</p>
lundi 20 mars 2023	mardi 21 mars 2023	mercredi 22 mars 2023	jeudi 23 mars 2023	vendredi 24 mars 2023
<p>Potage aux chicons (*) 10</p> <p>Coquillettes (*) 1 Sauce carbonara de dinde aux champignons 2, 5, 10 Fromage râpé 2</p> <p>Riz au lait</p>	<p>Potage aux poireaux (*) 10</p> <p>Epigramme (boeuf/volaille) 1 Petits pois (*) Pommes de terre</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage Andalou (*) 10</p> <p>Filet de poulet 2 Epinards (*) en sauce blanche 2 Frites</p> <p>Yaourt framboises BIO</p>	<p>Potage au céleri vert (*) 10</p> <p>Couscous de légumes & pois chiches (*) 10 Semoule de blé (*) 1, 10</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au cerfeuil (*) 10</p> <p>Filet de Hoki 6, 10 (Nouvelle-Zélande) Sauce julienne de légumes 2, 10 Crudités 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Biscuit</p>
lundi 27 mars 2023	mardi 28 mars 2023	mercredi 29 mars 2023	jeudi 30 mars 2023	vendredi 31 mars 2023
<p>Potage aux carottes (*) 10</p> <p>Escalope de dinde 2 Coulis de poivrons & persil 2, 10 Potée aux poireaux 2, 10</p> <p>Yaourt vanille BIO</p>	<p>Potage aux pois (*) 10</p> <p>Pennes (*) 1 Sauce milanaise de boeuf 2, 5, 10 Fromage râpé 2</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au céleri rave (*) 10</p> <p>Omelette (*) 2, 5 Brocolis (*) à l'ail Pommes de terre risollées</p> <p>Compote BIO</p>	<p>Potage aux navets (*) 10</p> <p>Vol-au-vent de Quorn aux champignons 1, 2, 5, 8, 10 Blé (*) 1, 10</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux courgettes (*) 10</p> <p>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</p> <p>Biscuit</p>

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'APAQ-W



Produits de saison

Légumes

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

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

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