

Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

Octobre 2023

lundi 2 octobre 2023	mardi 3 octobre 2023	mercredi 4 octobre 2023	jeudi 5 octobre 2023	vendredi 6 octobre 2023
<p>Potage au cerfeuil (*) 10</p> <p>Coquillettes (*) 1 VEGGIE</p> <p>Bolognaise végétarienne 8, 10</p> <p>Fromage râpé 2</p> <p>Pudding vanille</p>	<p>Potage aux navets (*) 10</p> <p>Fish sticks 1, 6</p> <p>Légumes grillés</p> <p>Purée de pommes de terre 2</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au céleri vert (*) 10</p> <p>Burger de Quorn 1, 2, 5 VEGGIE</p> <p>Haricots beurre</p> <p>Frites/Pommes de terre</p> <p>Yaourt aux framboises BIO</p>	<p>Potage au potiron (*) 10</p> <p>Couscous de légumes & pois chiches (*) 10</p> <p>Semoule de blé (*) 1, 10</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux tomates (*) 10</p> <p>Filet de de Hoki 6, 10 (Nouvelle-Zélande)</p> <p>Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11</p> <p>Salade de carottes 5, 11</p> <p>Pommes de terre</p> <p>Biscuit</p>
lundi 9 octobre 2023	mardi 10 octobre 2023	mercredi 11 octobre 2023	jeudi 12 octobre 2023	vendredi 13 octobre 2023
<p>Potage andalou (*) 10</p> <p>Papardelles 1, 2 VEGGIE</p> <p>Napolitaine de Quorn 5</p> <p>Fromage râpé 2</p> <p>Fromage blanc sucré</p>	<p>potage aux poireaux (*) 10</p> <p>Filet de poisson blanc 6, 10</p> <p>Duo de courgettes 10</p> <p>Pommes de terre rissolées</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux oignons (*) 10</p> <p>Carbonade de Quorn 1à, 11, 13</p> <p>Compote de pommes</p> <p>Pommes de terre VEGGIE</p> <p>Riz au lait</p>	<p>Potage aux courgettes (*) 10</p> <p>Burger végétarien maison 1, 5, 8</p> <p>Sauce curry & légumes chinois 2, 10</p> <p>blé (*) 1, 10</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage aux carottes (*) 10</p> <p>Filet de Cabillaud meunière 1, 5, 6</p> <p>Crudités 2, 10, 11</p> <p>Purée de pommes de terre 2</p> <p>Biscuit</p>
lundi 16 octobre 2023	mardi 17 octobre 2023	mercredi 18 octobre 2023	jeudi 19 octobre 2023	vendredi 20 octobre 2023
<p>Potage au potiron (*) 10</p> <p>Burger de Quorn 1, 2, 5 VEGGIE</p> <p>Potée aux chicons 2, 10</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Potage au fenouil (*) 10</p> <p>Filet de cabillaud meunière 1, 5, 6</p> <p>Carottes (*)</p> <p>Frites/Pommes de terre</p> <p>Fruit frais</p>	<p>Potage Andalou (*) 10</p> <p>Boulettes végétariennes 1 VEGGIE</p> <p>Coulis de brocolis 2, 10</p> <p>Boulghour (*) aux légumes 1, 10</p> <p>Yaourt aux fraises BIO</p>	<p>Potage aux poireaux (*) 10</p> <p>Pennes (*) 1 VEGGIE</p> <p>Bolognaise végétarienne 8, 10</p> <p>Fromage râpé 2</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p>Potage au cerfeuil (*) 10</p> <p>Filet de Pangasius 6</p> <p>Sauce tomates & courgettes</p> <p>Crudités 2, 10, 11</p> <p>Pommes de terre</p> <p>Biscuit</p>
lundi 23 octobre 2023	mardi 24 octobre 2023	mercredi 25 octobre 2023	jeudi 26 octobre 2023	vendredi 27 octobre 2023
<p>Congé d'automne</p>				
lundi 30 octobre 2023	mardi 31 octobre 2023	mercredi 1 novembre 2023	jeudi 2 novembre 2023	vendredi 3 novembre 2023
<p>Congé d'automne</p>				

Informations complémentaires

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

Produits de saison

Légumes

Brocoli, carotte, céleri blanc, céleri branche, céleri rave, cerfeuil, champignon, chou-fleur, chou frisé, concombre, courgette, cresson, épinard, fenouil, haricot, laitue, navet, oignon, panais, poireau, poivron, potiron, radis, salade de blé, tomate

Fruits

Poire, pomme, raisin

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

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.

Recette

Plat contenant du poisson

Plat contenant

Repas

Produit issu du

ATELIER