

Ecoles communales de Charleroi MENU ORDINAIRE

Novembre 2023

lundi 30 octobre 2023	mardi 31 octobre 2023	mercredi 1 novembre 2023	jeudi 2 novembre 2023	vendredi 3 novembre 2023
<h2 style="color: orange;">Congé d'automne</h2>				
lundi 6 novembre 2023 Potage au brocoli (*) 10 Sauté de porc Duo de courgettes 10 Pommes de terre rissolées Fromage blanc aux fruits BIO	mardi 7 novembre 2023 Potage aux panais (*) 10 Carbonade de boeuf 2, 5, 10, 11, 13 Haricots verts (*) Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO	mercredi 8 novembre 2023 Potage au cerfeuil (*) 10 Filet de poulet 2 Carottes (*) Pommes de terre Yaourt vanille BIO	jeudi 9 novembre 2023 Potage aux épinards (*) 10 VEGGIE Burger végétarien maison 1, 5, 8 Sauce au curry & légumes chinois 2, 10 <small>(oignons, carottes, bambou, poireaux, poivrons, champignons, graines germées)</small> Blé (*) 1, 10 Fruit frais BIO	vendredi 10 novembre 2023 Potage au céleri rave (*) 10 Duo de poissons en cassolette 6 (Polak d'Alaska & Saumon) Mélange de laitues 5, 11 Potée aux chicons 2, 10 Biscuit
lundi 13 novembre 2023 Potage au fenouil (*) 10 Papardelles 1, 5 Carbonara de dinde aux champignons 2, 5, 10 Fromage râpé 2 Yaourt framboises BIO	mardi 14 novembre 2023 Potage au céleri vert (*) 10 Burger de boeuf/volaille 1 Poireaux (*) en sauce blanche 2 Pommes de terre Fruit frais BIO	mercredi 15 novembre 2023 Potage aux oignons (*) 10 Escalope de porc Jus au thym Légumes grillés (courgettes, poivrons, oignons) Frites Riz au lait	jeudi 16 novembre 2023 Potage au potiron (*) 10 VEGGIE Couscous de légumes (carottes, courgettes, navets, poivrons) & pois chiches (*) 10 Semoule de blé (*) 1, 10 Fruit frais BIO	vendredi 17 novembre 2023 Potage andalou (*) 10 Filet de Pangasius 6, 10 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Salade de carottes râpées 5, 11 Purée de pommes de terre 2 Biscuit
lundi 20 novembre 2023 Potage aux panais (*) 10 Daube de boeuf à la méditerranéenne 2, 5 (tomates, poivrons, courgettes, oignons, olives noires) Petits pois & carottes (*) Pommes de terre rissolées Flan caramel	mardi 21 novembre 2023 Potage aux courgettes (*) 10 Escalope de porc Jus à la moutarde à l'ancienne 11 Potée au chou frisé 2, 10 Fruit frais BIO	mercredi 22 novembre 2023 Potage au chou-fleur (*) 10 Escalopine de dinde 2 Coulis de poivrons & persil 2, 10 Boulghour (*) aux légumes 1, 10 Yaourt aux fraises BIO	jeudi 23 novembre 2023 Potage aux navets (*) 10 VEGGIE Pennes (*) 1 Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 Fruit frais BIO	vendredi 24 novembre 2023 Potage aux pois (*) 10 Sole Limande 6, 10 Sauce julienne de légumes 2, 10 (carottes, poireaux, céleri) Crudités 5, 10, 11 Pommes de terre Biscuit
lundi 27 novembre 2023 Belgique Potage aux chicons (*) 10 Dés de poulet 2 Compote de pommes Frites Mousse au chocolat	mardi 28 novembre 2023 Potage au potiron (*) 10 Sauté de porc Sauce aux champignons Haricots verts (*) Riz blanc 8 Fruit frais BIO	mercredi 29 novembre 2023 Potage au brocoli (*) 10 Coquillettes (*) 1 Milanaise de boeuf 2, 5, 10 Fromage râpé 2 Fromage blanc sucré	jeudi 30 novembre 2023 Potage aux poireaux (*) 10 VEGGIE Omelette (*) 2, 5 Fenouil tomate Pommes de terre Fruit frais BIO	vendredi 1 décembre 2023 Potage aux carottes (*) 10 Filet de Hoki 6, 10 (Nouvelle-Zélande) Crudités 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Biscuit BIO

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-fleur, chou frisé, chou rouge, cresson, épinard, fenouil, navet, oignon, panais, poireau, potiron, salade de blé

Potages: 86% de saison
Plats: 54% de saison

Fruits

Poire, pomme
Europe: clémentine, kiwi, mandarine, orange

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

Les potages; certains légumes francs: les haricots verts, les carottes, les poireaux, les petits pois; certaines céréales: le blé, le boulghour; les pois chiches; les fruits et les yaourts.

Produits 100% issus du circuit court

Toutes les pommes de terre et les viandes

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

