

Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

Décembre 2023

lundi 27 novembre 2023	mardi 28 novembre 2023	mercredi 29 novembre 2023	jeudi 30 novembre 2023	vendredi 1 décembre 2023
Belgique Potage aux chicons (*) 10 Burger de Quorn VEGGIE Compote de pommes Frites Mousse au chocolat	Potage au potiron (*) 10 Filet de poisson Haricots verts (*) Riz blanc Fruit frais BIO	Potage au brocoli (*) 10 Coquillettes (*) VEGGIE Napolitaine de Quorn Fromage râpé Fromage blanc sucré	Potage aux poireaux (*) 10 Omelette (*) VEGGIE Fenouil томатé Pommes de terre Fruit frais BIO	Potage aux carottes (*) 10 Sole Limande (Nouvelle-Zélande) Crudités 5, 10, 11 Purée de pommes de terre Biscuit BIO
lundi 4 décembre 2023	mardi 5 décembre 2023	mercredi 6 décembre 2023	jeudi 7 décembre 2023	vendredi 8 décembre 2023
Potage au panais (*) 10 Cordon bleu de Quorn VEGGIE Chou rouge frais Pommes de terre Compote	Potage aux oignons (*) 10 Joyeuse Saint Nicolas Filet de poisson Sauce tartare Carottes (*) Pommes de terre rissolées Speculoos	Potage au navet (*) 10 Couscous de légumes VEGGIE (tomates, poivrons, courgettes, oignons, olives noires) Boulettes végétariennes Semoule de blé Fruit frais BIO	Potage au cerfeuil (*) 10 Burger végétarien maison Coulis de brocolis Mélange de laitues VEGGIE Pommes de terre Yaourt vanille BIO	Potage au céleri rave (*) 10 Duo de poisson en cassolette (Polak d'Alaska & Saumon) Potée aux poireaux Fruit frais BIO
lundi 11 décembre 2023	mardi 12 décembre 2023	mercredi 13 décembre 2023	jeudi 14 décembre 2023	vendredi 15 décembre 2023
Potage aux tomates (*) 10 Coquillettes VEGGIE Napolitaine de Quorn Fromage râpé Biscuit	Potage au céleri vert (*) 10 Fish stik Petits pois (*) Frites Fruit frais BIO	Potage au fenouil (*) 10 Boulettes végétariennes Sauce au curry VEGGIE Légumes chinois Blé (*) Yaourt framboises BIO	Potage aux carottes (*) 10 Vol-au-vent végétarien Riz aux légumes VEGGIE Fruit frais BIO	Potage aux poireaux (*) 10 Filet de Pangasius Sauce tartare Salade de radis et laitue Pommes de terre Fromage blanc aux fruits BIO
lundi 18 décembre 2023	mardi 19 décembre 2023	mercredi 20 décembre 2023	jeudi 21 décembre 2023	vendredi 22 décembre 2023
Potage au chou-fleur (*) 10 Burger de Quorn VEGGIE Brocoli à l'ail Purée de pommes de terre Fromage blanc sucré	Potage au potiron (*) 10 Poisson meunière Poireaux (*) en sauce blanche Pommes de terre rissolées Biscuit	Potage aux chicons (*) 10 VEGGIE Burger végétarien maison Coulis de poivrons & persil Salade de carottes râpée Boullghour (*) aux légumes Fruit frais BIO	Potage aux pois (*) 10 Pennes VEGGIE Bolognaise végétarienne Fromage râpé Yaourt fraises BIO	Potage parmentier (*) 10 Filet de Hoki Sauce julienne aux légumes (carottes, poireaux, céleri) Potée liégeoise Fruit frais BIO
lundi 25 décembre 2023	mardi 26 décembre 2023	mercredi 27 décembre 2023	jeudi 28 décembre 2023	vendredi 29 décembre 2023

Informations complémentaires

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

Produits de saison

Légumes

Bette, carotte, *céleri rave*, *céleri vert*, cerfeuil, champignon, chicon, chou blanc, chou de Bruxelles, chou vert, chou frisé, chou rouge, cresson, laitues, *oignons*, panais, poireau, *potiron*, salsifi

65 % de potages contenant un légume de saison
45 % de plats contenant un légume 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 boullghour; 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