

Ecoles communales de Charleroi MENU ORDINAIRE

Février 2024

lundi 29 janvier 2024	mardi 30 janvier 2024	mercredi 31 janvier 2024	jeudi 1 février 2024	vendredi 2 février 2024
Potage aux poireaux (*) 10 Coquillettes 1 Napolitaine de dinde 2 Fromage râpé 2 Flan caramel	Potage aux courgettes (*) 10 Burger boeuf/volaile 1 Epinards en sauce blanche 2 Pommes de terre rissolées Fruit frais BIO	Potage aux au brocoli (*) 10 Escalope de porc Sauce aux champignons Salade de radis et laitue 10 Pommes de terre Pudding vanille	Potage au céleri vert (*) 10 Chili végétarien 8  Riz aux légumes 10 Fruit frais BIO	Potage aux carottes (*) 10  Filet de Cabillaud meunière 1, 5, 6 Brocoli à l'ail Purée de pommes de terre 2 Bicuit BIO
lundi 5 février 2024 Nouvel an chinois Potage parmentier (*) 10 Filet de poulet 2 Sauce au curry 2, 10 Légumes chinois <small>(poisson, carotte, bambou, goitru, poivron, champignon, graine germée, pomme)</small> Blé (*) 1, 10 Biscuit	Potage aux navets (*) 10 Carbonade de boeuf 2, 5, 10, 11, 13 Carottes (*) Frites Fruit frais BIO	Potage aux pois (*) 10 Sauté de porc Sauce au fenouil tomaté Haricots verts (*) Pommes de terre Fromage blanc sucré	Potage au cerfeuil (*) 10 Vol-au-vent aux champignons 1, 2, 5, 8, 10 Mélange de laitues 5, 10, 11 Riz aux légumes 10 (poireau, céleri rave, carotte, oignon) Fruit frais BIO	Potage au potiron (*) 10 Poisson meunière 1, 5, 6 Potée aux chicons 2, 10 Liégeois vanille
lundi 12 février 2024 Potage aux panais (*) 10 Pennes 1 Milanaise de boeuf 2, 5, 10 Fromage râpé 2 Mousse au chocolat	 Mardi gras	Potage andalou (*) 10 Escalope de porc Coulis de brocoli 2, 10 Salade de carottes râpées 5, 10, 11 Pommes de terre rissolées Fruit frais BIO 	Potage aux oignons (*) 10 Couscous de légumes 10 (carotte, courgette, navet, poivron) & pois chiches (*) Semoule de blé (*) 1, 10 Biscuit BIO	Potage au céleri rave (*) 10 Filet de colin 6, 10 Sauce julienne de légumes 2, 10 Mélange de laitues 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO
lundi 19 février 2024 Potage aux courgettes (*) 10 Escalope de dinde 2 Compote de pommes Frites Biscuit	Potage au brocoli (*) 10 Daube de boeuf à la méditerranéenne 2, 5 Petits pois (*) Pommes de terre Fruit frais BIO	Potage aux chicons (*) 10 Sauté de porc Jus à la moutarde à l'ancienne 11, 13 Potée aux poireaux 2, 10 Fromage blanc aux fruits BIO	Potage aux carottes (*) 10 Coquillettes 1 Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 Fruit frais BIO	Soupe aux tomates 1, 2, 10 Duo de poisson en cassolette 6 (polak d'Alaska & saumon) Salade de radis & laitue 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Compotine BIO
lundi 26 février 2024	mardi 27 février 2024	mercredi 28 février 2024	jeudi 29 février 2024	vendredi 1 mars 2024

Informations complémentaires

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

Produits de saison

Légumes

Carotte, céleri vert, champignon, chicon, chou de Bruxelles, chou vert, chou frisé, cresson, épinard, oignon, panais, poireau 

37% des potages élaborés avec des légumes de saison
47% des plats cuisinés avec des légumes 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

- 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