

# Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

# Novembre 2024

lundi 28 octobre 2024	mardi 29 octobre 2024	mercredi 30 octobre 2024	jeudi 31 octobre 2024	vendredi 1 novembre 2024
<h2 style="color: #8B4513;">Vacances d'automne</h2>				
<b>lundi 4 novembre 2024</b> <b>Potage aux poireaux* 10</b> Raviolis végétariens Fromage râpé 2 Pudding vanille VEGGIE	<b>mardi 5 novembre 2024</b> <b>Potage au brocoli* 10</b> Poisson 6, 10 Coulis de poivrons & persil 2, 10 Mélange de laitues 5, 10, 11 Pommes de terre rissolées Fruit frais BIO	<b>mercredi 6 novembre 2024</b> <b>Potage aux chicons* 10</b> Burger de Quorn 1, 2, 5 Chou-fleur Purée de pommes de terre 2 Yaourt aux fruits VEGGIE	<b>jeudi 7 novembre 2024</b> <b>Potage au potiron* 10</b> Vol au vent de Quorn aux champignons 1, 2, 5, 8, 10 Blé* 1, 10 Fruit frais BIO VEGGIE	<b>vendredi 8 novembre 2024</b> <b>Potage au cerfeuil* 10</b> Sole limande (N-Z) 6, 10 Jus de légumes Potée aux carottes 2, 10 Biscuit
<b>lundi 11 novembre 2024</b> Armistice 	<b>mardi 12 novembre 2024</b> <b>Potage au céleri rave* 10</b> Poisson 6, 10 Brocoli à l'ail Pommes de terre Flan au caramel	<b>mercredi 13 novembre 2024</b> <b>Potage aux oignons* 10</b> Daube de Quorn 2, 5 Salade de radis et laitue 5, 10, 11 Frites Fruit frais BIO VEGGIE	<b>jeudi 14 novembre 2024</b> <b>Potage aux épinards* 10</b> Couscous de légumes & pois chiches* 10 (carotte, courgette, navet, poivron) Semoule de blé* 1, 10 Biscuit VEGGIE	<b>vendredi 15 novembre 2024</b> <b>Potage au céleri vert* 10</b> Duo de poisson 6 (pollak d'Alaska & saumon) en cassolette Petits pois & carottes* Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO 
<b>lundi 18 novembre 2024</b> <b>Potage aux tomates* 10</b> Boulettes végétariennes 5 Epinards en sauce crème 2 Fusilli complètes 1, 5 Fromage râpé 2 Fruit frais BIO VEGGIE	<b>mardi 19 novembre 2024</b> <b>Potage aux chicons* 10</b> Poisson 6, 10 Salade de carottes râpées 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Fromage blanc aux fruits BIO 	<b>mercredi 20 novembre 2024</b> <b>Potage andalou* 10</b> Schnitzel de Quorn 1, 5 Chou rouge Pommes de terre rissolées Fruit frais BIO VEGGIE	<b>jeudi 21 novembre 2024</b> <b>Potage parmentier* 10</b> Omelette 2, 5 Sauce tomate & courgettes Boulghour aux légumes 1, 10 Compote BIO VEGGIE	<b>vendredi 22 novembre 2024</b> <b>Potage aux panais* 10</b> Filet de merlu 6, 10 Jus de légumes Potée aux poireaux 2, 10 Biscuit 
<b>lundi 25 novembre 2024</b> <b>Potage au potiron* 10</b> Coquillettes 1 Napolitaine de Quorn 5 Fromage râpé 2 Yaourt vanille BIO VEGGIE	<b>mardi 26 novembre 2024</b> <b>Potage aux oignons* 10</b> Poisson 6, 10 Brocolis Frites Fruit frais BIO 	<b>mercredi 27 novembre 2024</b> <b>Potage aux carottes* 10</b> Burger de Quorn 1, 2, 5 Potée au chou frisé 2, 10 Biscuit VEGGIE	<b>jeudi 28 novembre 2024</b> <b>Potage au céleri vert* 10</b> Boulettes végétariennes 5 Coulis de brocolis 2, 10 Salade de radis et laitue 5, 10, 11 Pommes de terre Fruit frais BIO VEGGIE	<b>vendredi 29 novembre 2024</b> <b>Potage au cerfeuil* 10</b> Sole limande (N-Z) 6, 10 Jus de légumes Poireaux* en sauce blanche 2 Pommes de terre Liégeois chocolat 

**Informations complémentaires**

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

**Produits de saison**

**Légumes**  
(SAISON / CONSERVATION)  
Ail, brocoli, carotte, céleri rave, céleri vert, cerfeuil, champignon, chicon, chou frisé, chou rouge, cresson, échalote, épinard, laitues, oignon, panais, patate douce, poireau, potiron

**Fruits**  
Poire, pomme (conservation)

**Europe:** 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. Sulfités, 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