

Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

Janvier 2025

| lundi 30 décembre 2024 | mardi 31 décembre 2024 | mercredi 1 janvier 2025 | jeudi 2 janvier 2025 | vendredi 3 janvier 2025 | Informations complémentaires |
|---|--|--|---|---|---|
| | | | | | <p>Référence: calendriers de l'IBGE et de l'APAQ-W</p> <p>Produits de saison</p> <p>Légumes (SAISON / CONSERVATION) Ail, carotte, céleri rave, céleri vert, cerfeuil, champignon, chicon, chou frisé, cresson, échalote, épinard, oignon, panais, patate douce, poireau</p> <p>Fruits Poire, pomme (conservation)</p> <p>Europe: Clémentine, kiwi, mandarine, orange</p> |
| <p>lundi 6 janvier 2025</p> <p>Potage aux tomates* 10 </p> <p>Daube de Quorn 10, 11, 13 Potée au céleri rave 2, 10</p> <p>Pudding vanille</p> | <p>mardi 7 janvier 2025</p> <p>Potage aux épinards* 10 </p> <p>Filet de poisson meunière 1, 5, 6 Coulis de brocolis 2, 10 Boulghour aux légumes 1, 10</p> <p>Biscuit</p> | <p>mercredi 8 janvier 2025</p> <p>Potage aux oignons* 10 </p> <p>Burger de Quorn 1, 2, 5 Compote de pommes Pommes de terre rissolées</p> <p>Fruit frais BIO</p> | <p>jeudi 9 janvier 2025</p> <p>Potage au potiron* 10 </p> <p>Vol au vent de Quorn 1, 2, 5, 8, 10 aux champignons Mélange de laitues 5, 10, 11 Blé* 1, 10</p> <p>Fromage blanc aux fruits BIO</p> | <p>vendredi 10 janvier 2025</p> <p>Potage au chou-fleur* 10 </p> <p>Sole limande (N-Z) 6, 10 Jus de légumes Poireaux en sauce blanche 2 Pommes de terre</p> <p>Fruit frais BIO</p> | <p>Produits 100% issus de l'agriculture responsable (*)</p> <p> 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.</p> <p>Produits 100% issus du circuit court</p> <p> Toutes les pommes de terre et les viandes</p> <p>Allergènes</p> <p>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</p> <p>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.</p> |
| <p>lundi 13 janvier 2025</p> <p>Potage aux chicons* 10 </p> <p>Pennes 1 Sauce bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2</p> <p>Flan au caramel</p> | <p>mardi 14 janvier 2025</p> <p>Potage aux poireaux* 10 </p> <p>Filet de poisson 6, 10 bouillon de légumes Haricots verts* Pommes de terre</p> <p>Fruit frais BIO</p> | <p>mercredi 15 janvier 2025</p> <p>Potage au panais* 10 </p> <p>Burger végétarien maison 1, 5, 8 Chou-fleur Purée de pommes de terre 2</p> <p>Yaourt aux framboises BIO</p> | <p>jeudi 16 janvier 2025</p> <p>Potage au céleri rave* 10 </p> <p>Omelette 2, 5 Sauce tomate & courgettes Salade de laitue et radis 5, 10, 11 Frites</p> <p>Fruit frais BIO</p> | <p>vendredi 17 janvier 2025</p> <p>Potage aux courgettes* 10 </p> <p>Duo de poisson 6, 10 (pollak d'Alaska et saumon) en cassolette Potée de carottes 2, 10</p> <p>Biscuit</p> | |
| <p>lundi 20 janvier 2025</p> <p>Potage au céleri vert* 10 </p> <p>Boulettes végétariennes 5 Epinards en sauce crème 2 Fisilli complètes 1</p> <p>Fromage rapé 2 Liégeois vanille</p> | <p>mardi 21 janvier 2025</p> <p>Potage au potiron* 10 </p> <p>Filet de poisson 6, 10 Bouillon de légumes Potée aux chicons 2, 10</p> <p>Biscuit BIO</p> | <p>mercredi 22 janvier 2025</p> <p>Potage au cerfeuil* 10 </p> <p>Burger de Quorn 1, 2, 5 Carottes rapées 5, 10, 11 Pommes de terre rissolées</p> <p>Fruit frais BIO</p> | <p>jeudi 23 janvier 2025</p> <p>Potage aux oignons* 10 </p> <p>Couscous de légumes & pois chiches* 10 Semoule de blé 1, 10</p> <p>Yaourt nature</p> | <p>vendredi 24 janvier 2025</p> <p>Potage aux navets* 10 </p> <p>Fish sticks 1, 6 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Haricots verts* Pommes de terre</p> <p>Fruit frais BIO</p> | |
| <p>lundi 27 janvier 2025</p> <p>Potage aux courgettes* 10 </p> <p>Coquillettes 1 Napolitaine de Quorn 5 Fromage rapé 2</p> <p>Pudding chocolat</p> | <p>mardi 28 janvier 2025</p> <p>Potage aux chicons* 10 </p> <p>Filet de poisson 6, 10 Coulis de poivrons 2, 10 Carottes* Pommes de terre</p> <p>Fruit frais BIO</p> | <p>mercredi 29 janvier 2025</p> <p>Potage aux tomates* 10 </p> <p>Schnitzel de Quorn 1, 5 Brocolis à l'ail Pommes de terre</p> <p>Yaourt vanille BIO</p> | <p>jeudi 30 janvier 2025</p> <p>Potage aux poireaux* 10 </p> <p>Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10</p> <p>Fruit frais BIO</p> | <p>vendredi 31 janvier 2025</p> <p>Potage aux carottes* 10 </p> <p>Filet de merlu 6, 10 Sauce tomate & basilic Mélange de laitue 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2</p> <p>Biscuit</p> | |

Recette

Plat contenant du poisson

Plat contenant

Repas

Produit issu du

ATEI IED