

Ecoles communales Charleroi - MENU ALTERNATIF

Septembre 2025

lundi 1 septembre 2025	mardi 2 septembre 2025	mercredi 3 septembre 2025	jeudi 4 septembre 2025	vendredi 5 septembre 2025	Informations complémentaires
Potage aux carottes* 10  Boulettes végétariennes 5 Coulis de poivrons 2, 10 Riz aux légumes 10 Mousse au chocolat	Potage au céleri vert* 10  Filet de poisson 6, 10 Légumes tajine (tomate, courgette, carotte, oignon, pois chiche, olive noire) Semoule de blé 1, 10 Fruit frais BIO	Potage au chou-fleur* 10 Burger végétarien maison 1, 5, 8 Haricots verts Pommes de terre  Yaourt aux fruits	Potage aux oignons* 10  Pennes 1 Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 Fruit frais BIO	Potage aux courgettes* 10  Filet de cabillaud meunière 1, 5, 6 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Petits pois* Pommes de terre Biscuit	Référence: calendriers de l'IBGE et de l'APAQ-W Produits de saison Légumes (SAISON / CONSERVATION) Aubergine, brocoli, carotte, céleri vert, chou-fleur, courgette, épinard, fenouil, haricot vert, laitues, maïs, navet, oignon, panais, poireau, poivron, potiron, radis rose, tomate Fruits Abricot, kiwi, melon, poire, pomme, raisin, reine-claude Europe: nectarine, melon, pastèque, raisin
lundi 8 septembre 2025	mardi 9 septembre 2025	mercredi 10 septembre 2025	jeudi 11 septembre 2025	vendredi 12 septembre 2025	
Potage aux épinards* 10  Daube de quorn 10, 11, 13 Carottes Frites Flan au caramel	Potage aux tomates* 10  Filet de poisson 6, 10 Fenouil en sauce tomate Mélange de laitues 5, 10, 11 Pommes de terre Biscuit	Potage aux navets* 10  Burger de quorn 1, 2, 5 Brocoli à l'ail Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO 	Potage aux poireaux* 10  Vol au vent de quorn aux champignons 1, 2, 5, 8, 10, 13 Blé * 1, 10 Yaourt framboises BIO	Potage aux panais* 10  Filet de merlu 6, 10 Sauce tomate et basilic Chou-fleur Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO	
lundi 15 septembre 2025	mardi 16 septembre 2025	mercredi 17 septembre 2025	jeudi 18 septembre 2025	vendredi 19 septembre 2025	
Potage au céleri vert* 10  Boulettes végétariennes 5 Sauce épinards à la crème 2 Fusillis complètes 1 Fromage râpé 2 Fromage blanc aux fruits BIO	Potage au fenouil* 10  Filet de poisson 6, 10 Ratatouille (tomate, courgette, oignon, poivron, aubergine) Couscous perlé 1 Fruit frais BIO	Potage andalou* 10  Carbonade de quorn 10, 11, 13 Salade de carottes râpées 5, 10, 11 Pommes de terre risolées Biscuit BIO	Potage au chou-fleur* 10  Omelette 2, 5 Sauce tomate et courgettes Boulghour aux légumes 1, 10 Fruit frais	Potage aux carottes* 10  Sole limande (N-Z) 6, 10 Haricots verts Pommes de terre Pudding au chocolat	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.
lundi 22 septembre 2025	mardi 23 septembre 2025	mercredi 24 septembre 2025	jeudi 25 septembre 2025	vendredi 26 septembre 2025	
Potage aux oignons* 10  Burger de quorn 1, 2, 5 Petits pois et carottes Frites Biscuit	Potage aux courgettes* 10  Coquillettes 1 Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 Pudding au caramel	Potage aux panais* 10  Burger végétarien maison 1, 5, 8 Brocoli à l'ail Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO	Potage aux épinards* 10  Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10 Yaourt vanille BIO	Potage aux tomates* 10  Filet de merlu 6, 10 Jus de légumes Mélange de laitues 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO	Produits 100% issus du circuit court  Toutes les pommes de terre et les viandes
lundi 29 septembre 2025	mardi 30 septembre 2025	mercredi 1 octobre 2025	jeudi 2 octobre 2025	vendredi 3 octobre 2025	
Potage au brocoli* 10  Boulettes végétariennes 5 Stoemp aux légumes oubliés 2, 10 (topinambour, carotte , céleri rave) Yaourt sucré	Potage aux navets* 10  Pennes 1 Bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage râpé 2 Fruit frais BIO	Potage aux poireaux* 10  Burger de quorn 1, 2, 5 Chou-fleur Pommes de terre risolées Liégeois vanille	Potage au potiron* 10  Couscous de légumes et pois chiches* 10 (carotte, courgette, navet, poivron) Semoule de blé 1, 10 Fruit frais	Potage parmentier* 10  Sole limande (N-Z) 6, 10 Sauce julienne de légumes 2, 10 Salade de laitue et radis 5, 10, 11 Pommes de terre Biscuit	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



ATELIER