

# Ecole communale Charleroi - MENU ALTERNATIF

## Janvier 2026

lundi 29 décembre 2025	mardi 30 décembre 2025	mercredi 31 décembre 2025	jeudi 1 janvier 2026	vendredi 2 janvier 2026
				
lundi 5 janvier 2026	mardi 6 janvier 2026	mercredi 7 janvier 2026	jeudi 8 janvier 2026	vendredi 9 janvier 2026
<b>Potage au céleri rave* 10</b> <small>VEGGIE</small> Carbonade de quorn 10, 11, 13 Brocolis à l'ail Frites  Creme caramel	<b>Potage aux oignons* 10</b>  Filet de poisson blanc 6, 10 <small>Haricots verts*</small> Riz 8	<b>Potage aux carottes* 10</b> <small>VEGGIE</small> Burger végétarien maison 1, 5, 8 Chou fleur Pommes de terre	<b>Potage aux poireaux* 10</b> <small>VEGGIE</small> Couscous de légumes & <b>pois chiches* 10</b> Semoule de blé 1, 10	<b>Potage aux tomates* 10</b>  Sole limande (N-Z) 6, 10 Sauce julienne de légumes 2, 10 Salade de laitue et radis 5, 10, 11 Pommes de terre
lundi 12 janvier 2026	mardi 13 janvier 2026	mercredi 14 janvier 2026	jeudi 15 janvier 2026	vendredi 16 janvier 2026
<b>Potage aux épinards* 10</b> <small>VEGGIE</small> Boulettes végétariennes 5 Sauce tomates basilic Coquillettes 1	<b>Potage aux chicons* 10</b>  Filet de cabillaud meunière 1, 5, 10 <small>petits pois*</small> Pommes de terre rissolées	<b>Potage au céleri vert* 10</b> <small>VEGGIE</small> Burger de Quorn 1, 2, 5 Potée au <b>carottes</b> 2, 10	<b>Potage au panais* 10</b> <small>VEGGIE</small> Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10	<b>Potage parmentier* 10</b>  Filet de merlu 6, 10 Mélange de laitues 5, 10, 11 Pommes de terre
lundi 19 janvier 2026	mardi 20 janvier 2026	mercredi 21 janvier 2026	jeudi 22 janvier 2026	vendredi 23 janvier 2026
<b>Potage aux carottes* 10</b> <small>VEGGIE</small> Burger végétarien maison 1, 5, 8 Legumes tajine Purée de pommes de terre 2	<b>Potage aux tomates* 10</b>  Filet de poisson blanc 6, 10 <small>épinards</small> en sauce crème 2 Pennes 1 Fromage rapé 2	<b>Potage au céleri rave* 10</b> <small>VEGGIE</small> Burger de Quorn 1, 2, 5 <small>Haricots verts*</small> Frites	<b>Potage aux poireaux* 10</b> <small>VEGGIE</small> Omelette 2, 5 Sauce tomate & courgettes Boulghour aux légumes 1, 10 Carottes rapées 5, 10, 11	<b>Potage aux oignons* 10</b>  Filet de poisson blanc 6, 10 <small>Potée aux poireaux</small> 2, 10
lundi 26 janvier 2026	mardi 27 janvier 2026	mercredi 28 janvier 2026	jeudi 29 janvier 2026	vendredi 30 janvier 2026
<b>Potage aux chicons* 10</b> <small>VEGGIE</small> Coquillettes 1 Sauce bolognaise végétarienne 8,10 Fromage rapé 2	<b>Potage au céleri vert* 10</b>  Filet de poisson blanc 6, 10 Chou fleur Pommes de terre rissolées	<b>Potage au panais* 10</b> <small>VEGGIE</small> Boulettes végétariennes 5 Tomates fenouil Couscous perles 1	<b>Potage aux épinards* 10</b> <small>VEGGIE</small> Vol au vent de Quorn 1, 2, 5, 8, 10 <small>aux champignons</small> Riz aux légumes 10	<b>Potage andalou* 10</b>  Fish sticks 1, 6 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Mélange de laitues 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2
Flan caramel	<b>Fruit frais BIO</b>	Yaourt sucre	<b>Fruit frais BIO</b>	Biscuit

Recette 

Plat contenant du poisson 

Plat contenant 

Repas 

Produit issu du 

Informations complémentaires
Référence: calendriers de l'IBGE et de l'APAQ-W
<u>Produits de saison</u>
<u>Légumes</u> (SAISON / CONSERVATION) Ail, carotte, céleri rave, céleri vert, cerfeuil, champignon, chicon, chou frisé, cresson, écholate, épinard, oignon, panais, patate douce, poireau
<u>Fruits</u> Poire, pomme (conservation)
<u>Europe</u> : Clémentine, kiwi, mandarine, orange
<u>Produits 100% issus de l'agriculture responsable (*)</u>  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.
<u>Produits 100% issus du circuit court</u>  Toutes les pommes de terre et les viandes
<u>Allergènes</u> 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.

**ATEI IED**