

Ecoles communales 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
Potage au céleri rave* 10 Carbonade de quorn 10, 11, 13 Brocolis à l'ail Frites Crème caramel	Potage aux oignons* 10 Filet de poisson blanc 6, 10 Haricots verts* Riz 8 Fruit frais BIO	Potage aux carottes* 10 Burger végétarien maison 1, 5, 8 Chou fleur Pommes de terre Yaourt fraises BIO	Potage aux poireaux* 10 Couscous de légumes & pois chiches* 10 Semoule de blé 1, 10 Fruit frais BIO	Potage aux tomates* 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
lundi 12 janvier 2026	mardi 13 janvier 2026	mercredi 14 janvier 2026	jeudi 15 janvier 2026	vendredi 16 janvier 2026
Potage aux épinards* 10 Boulettes végétariennes 5 Sauce tomates basilic Coquilleaux 1 Fruit frais BIO	Potage aux chicons* 10 Filet de cabillaud meunière 1, 5, 10 petits pois* Pommes de terre risolées Crème vanille	Potage au céleri vert* 10 Burger de Quorn 1, 2, 5 Potée au carottes 2, 10 Fromage aux fruits BIO	Potage au panais* 10 Chili végétarien 8 Riz aux légumes 10 Fruit frais BIO	Potage parmentier* 10 Filet de merlu 6, 10 Mélange de laitues 5, 10, 11 Pommes de terre Biscuit
lundi 19 janvier 2026	mardi 20 janvier 2026	mercredi 21 janvier 2026	jeudi 22 janvier 2026	vendredi 23 janvier 2026
Potage aux carottes* 10 Burger végétarien maison 1, 5, 8 Légumes tajine Purée de pommes de terre 2 Fruit frais BIO	Potage aux tomates* 10 Filet de poisson blanc 6, 10 Epinards en sauce crème 2 Pennes 1 Fromage rapé 2 Mousse au chocolat	Potage au céleri rave* 10 Burger de Quorn 1, 2, 5 Haricots verts* Frites Fruit frais BIO	Potage aux poireaux* 10 Omelette 2, 5 Sauce tomate & courgettes Boulghour aux légumes 1, 10 Carottes rapées 5, 10, 11 Yaourt vanille BIO	Potage aux oignons* 10 Filet de poisson blanc 6, 10 Potée aux poireaux 2, 10 Biscuit
lundi 26 janvier 2026	mardi 27 janvier 2026	mercredi 28 janvier 2026	jeudi 29 janvier 2026	vendredi 30 janvier 2026
Potage aux chicons* 10 Coquilleaux 1 Sauce bolognaise végétarienne 8, 10 Fromage rapé 2 Flan caramel	Potage au céleri vert* 10 Filet de poisson blanc 6, 10 Chou fleur Pommes de terre risolées Fruit frais BIO	Potage au panais* 10 Boulettes végétariennes 5 Tomates fenouil Couscous perles 1 Yaourt sucre	Potage aux épinards* 10 Vol au vent de Quorn 1, 2, 5, 8, 10 aux champignons Riz aux légumes 10 Fruit frais BIO	Potage andalou* 10 Fish sticks 1, 6 Sauce tartare 1, 5, 8, 10, 11 Mélange de laitues 5, 10, 11 Purée de pommes de terre 2 Biscuit

Informations complémentaires
Référence: calendriers de l'IBGE et de l'APAAQ-W
Produits de saison Légumes (SAISON / CONSERVATION) Ail, carotte, céleri rave, céleri vert, cerfeuil, champignon, chicon, chou frisé, cresson, échalote, épinard, oignon, panais, patate douce, poireau
Fruits Poire, pomme (conservation) 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 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

ATEIED