



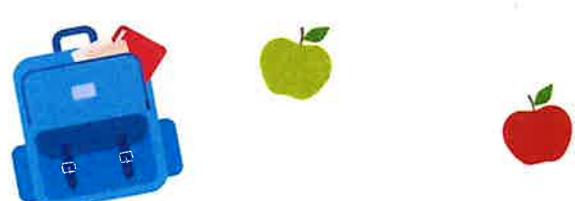
## TCO SERVICE DES BONS REPAS, SAINS ET DURABLES TOUTE L'ANNÉE À LA CANTINE DE TON ÉCOLE !

- Des menus variés et équilibrés pensés par une diététicienne
- Un personnel formé et expérimenté
- Des ingrédients de qualité
- Des légumes et des fruits de saison
- Au moins un repas végétarien par semaine
- Un maximum d'achats Bio et en circuit court
- Des produits du commerce équitable
- Du poisson labellisé « Pêche durable »
- Des menus à thème pour te faire découvrir de nouveaux goûts

Nous sommes  
Sam et Lili!  
Retrouve-nous chaque  
mois au dos du menu.



**Bonne année scolaire en pleine forme grâce aux repas de TCO Service !**

lundi 1 septembre	mardi 2 septembre	jeudi 4 septembre	vendredi 5 septembre
Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage brocolis BIO <i>Céleri</i>	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>
Carottes à la provençale Emincés de volaille Riz <i>Céleri</i>	Crudités, vinaigrette Boulette, sauce liégeoise Pommes de terre / Frites <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, /arachides</i>	Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri vert) <i>Gluten (blé), céleri</i>	Epinars à la crème Filet de Merlu Pommes de terre nature <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
lundi 8 septembre	mardi 9 septembre	jeudi 11 septembre	vendredi 12 septembre
Potage navets BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage andalou (tomates, poivrons) BIO <i>Céleri</i>
Salade Liégeoise (haricots verts, lardinettes de dinde, pommes de terre) <i>Céleri, sulfites</i>	Crudités, vinaigrette Saucisse Pommes de terre en chemise / Frites <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde, /arachides</i>	Curry de lentilles (carottes, chou-fleur, oignons, lait de coco) Riz <i>Céleri, moutarde</i>	Pâtes (complètes) au saumon Sauce aux brocolis <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
lundi 15 septembre	mardi 16 septembre	jeudi 18 septembre	vendredi 19 septembre
Potage Shorbat Adas (lentilles corail) BIO <i>Céleri</i>	Potage courgettes BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage butternut BIO <i>Céleri</i>
Crudités (tomates, concombre) Emincés de poulet Sauce yaourt Pain libanais (primaires) / RIZ (maternelles) <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	Fenouil sauce tomate au basilic Boulette de volaille Boullgour / Frites <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, /arachides</i>	Pâtes (complètes) Primavera Verde (courgettes, brocolis, petits pois, pesto de noix de cajou) Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri, fruits à coque (noix de cajou)</i>	Haricots verts Filet de Lieu noir Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fromage <i>Lait</i>
lundi 22 septembre	mardi 23 septembre	jeudi 25 septembre	vendredi 26 septembre
Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri-rave BIO <i>Céleri</i>	Potage brocolis BIO <i>Céleri</i>
Carbonnade de bœuf aux carottes Semoule <i>Gluten (blé), lait, céleri, moutarde</i>	Champignons Vol-au-vent de volaille Riz / Frites <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, /arachides</i>	Pâtes, sauce aux légumes (carottes, tomates, courgettes) et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Crudités, vinaigrette Filet de Colin Purée de patates douces <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
lundi 29 septembre	mardi 30 septembre		
Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		
Légumes sautés à l'ananas (poivrons, carottes, petits pois) Emincé de poulet Riz <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>	Brocolis Filet de poulet Pommes de terre aux herbes / Frites <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, /arachides</i>		
Fruit	Fruit		

 Plat végétarien

 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, fish stick

 : Plat contenant de la viande de porc

**Légumes de saison**: selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie

**100% BIO**: les potages sont 100% BIO.

**100% BIO**: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01).

**75% local**: 75% des ingrédients sont d'origine locale.

Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (AR belge 17/07/2014). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Nos repas étant préparés en cuisine de collectivité, nous ne pouvons pas garantir l'absence de traces d'allergènes supplémentaires. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

