

# MENUS DÉCEMBRE 2022



## LE PETIT SPIROU



Nouvel album

# Bon appétit !

LES CUISINES BRUXELLOISES



DE BRUSSELE KEUKENS

Rue Saint Guidon 79, 1070 Bruxelles  
Tel. 02/545.13.88 ou 02/545.13.84  
www.lescuisinesbruxelloises.be

Légende :  
FT = Fairtrade  
LC = liaison chaude  
LF = liaison froide  
MSC = pêche durable  
Texte en gras : fruits & légumes de saison  
\*adapté sans viande de porc  
Des modifications peuvent intervenir dans les menus proposés.  
Nous restons attentifs à vos remarques et suggestions.  
Pour connaître les allergènes présents dans nos menus,  
une numérotation est indiquée à côté des menus,  
sa signification étant reprise au verso.  
Pour le menu sans viande, merci d'aller sur le site [www.lescuisinesbruxelloises.be](http://www.lescuisinesbruxelloises.be)

**JEUDI 1.12.22**

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **brocolis**<sup>9</sup>

♦

Lentilles et **champignons**  
à la méditerranéenne  
Macaroni<sup>1(m)</sup>

♦

Fruit

**VENDEDI 2.12.22**

Potage **céleris raves**<sup>9</sup>

♦

Dorade <sup>MSC4</sup>  
Sauce au persil<sup>1(m)</sup>  
**Carottes** au beurre<sup>7</sup>  
Pommes de terre nature

♦

Entremets lacté<sup>7</sup>

**LUNDI 5.12.22**

Potage **carottes**<sup>9</sup>

♦

Nuggets de dinde<sup>1(m),3,7,9</sup>  
Compote de **pommes**  
Potatoes

♦

Fruit

**MARDI 6.12.22**

**MENU VÉGÉTARIEN  
SAINT-NICOLAS**

Potage **panais**<sup>9</sup>

♦

Bolognaise de soja<sup>1(m),3,5,6</sup>  
Emmental râpé<sup>7</sup>  
Pâtes<sup>1(m)</sup>

♦

Dessert de St Nicolas

**MERCREDI 7.12.22**

Potage **cressons**<sup>9</sup>

♦

Sauté de porc  
\* Sauté de veau  
**Brocolis** mix  
Pommes de terre

♦

Fruit

**JEUDI 8.12.22**

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **champignons**<sup>9</sup>

♦

Bouchée de blé  
façon thai<sup>1(m),6</sup>  
Légumes wok  
sauce aigre-douce  
Riz

♦

Yaourt<sup>7</sup>

**VENDEDI 9.12.22**

Potage tomates<sup>9</sup>

♦

Filet de hoki <sup>MSC4</sup>  
Sauce au citron<sup>1(m),7</sup>  
Potée aux **choux**<sup>7</sup>

♦

Fruit

**LUNDI 12.12.22**

Potage épinards<sup>9</sup>

♦

Boulettes sauce tomates<sup>1(m),9</sup>  
Riz

♦

Fruit

**MARDI 13.12.22**

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage Parmentier<sup>9</sup>

♦

Aiguillette panée  
de blé cuite<sup>1(m),9</sup>  
Potée aux **potirons**<sup>7</sup>

♦

Entremets lacté<sup>7</sup>

**MERCREDI 14.12.22**

Potage courgettes<sup>9</sup>

♦

Filet de poulet  
**Champignons** à la crème<sup>7</sup>  
Purée<sup>7</sup>

♦

Fruit

**JEUDI 15.12.22**

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **navets**<sup>9</sup>

♦

Mijotée de quorn  
tomates/origan<sup>1(m),6,9</sup>  
**Carottes** et **panais**  
Coquillettes<sup>1(m)</sup>

♦

Yaourt<sup>7</sup>

**VENDEDI 16.12.22**

Potage **potirons**<sup>9</sup>

♦

Filet de colin <sup>MSC4</sup>  
Sauce à la ciboulette<sup>1(m)</sup>  
Haricots à l'ail  
Pommes campagnardes

♦

Fruit

**LUNDI 19.12.22**

Potage **poireaux**<sup>9</sup>

♦

Emincé de poulet  
Choux fleurs au curry<sup>7</sup>  
Semoule<sup>1(m)</sup>

♦

Fruit

**MARDI 20.12.22**

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage aux légumes<sup>9</sup>

♦

Bouchée de soja au basilic<sup>6</sup>  
Courgettes tomates  
Fusilli<sup>1(m)</sup>

♦

Yaourt<sup>7</sup>

**MERCREDI 21.12.22**

Potage poivrons<sup>9</sup>

♦

Ragoût d'agneau<sup>1(m),9</sup>  
(**navets**)  
Croquettes<sup>1(m),3,7</sup>

♦

Fruit

**JEUDI 22.12.22**

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **oignons**<sup>9</sup>

♦

Riz cantonnais végétarien  
(poivrons, maïs et petits pois)

♦

Fruit

**VENDEDI 23.12.22**

Crème de **potimarrons**<sup>7,9</sup>

♦

Médaille de limande <sup>MSC4</sup> au  
saumon <sup>ASC4</sup>  
Sauce Ducléré<sup>1(m)</sup>  
Poêlée de légumes  
Pommes pin<sup>1(m),3,7</sup>

♦

Dessert de Noël

50 % au minimum par an de la valeur financière de nos achats, hors viande et poisson, provient de l'agriculture biologique (BE BIO 03).

**DUPUIS**

Tome & Janry © Dupuis, 2022.  
FR-AV



## Information sur les allergènes

Conformément à l'arrêté royal du 17 juillet 2014, nous vous informons de la présence de certains allergènes dans les plats scolaires que nous proposons.

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter notre service diététique par courriel à l'adresse [info-diet@restobru.be](mailto:info-diet@restobru.be) ou par téléphone au 02/430.64.53.

Etant donné la grande variété d'ingrédients que nous utilisons en cuisine, nous ne pouvons pas garantir l'absence de contamination croisée en matière d'allergènes.

### Légende des allergènes sur le menu :

1 (\*m,n,o,p,q,r) Gluten (voir légende ci-dessous) / 2 Crustacés / 3 Œufs / 4 Poissons / 5 Arachides / 6 Soja / 7 Lait et produits à base de lactose / 8 (\*a,b,c,d,e,f,g,h,i) fruits à coque (voir légende ci-dessous) / 9 Céleri / 10 Moutarde / 11 Sésame / 12 sulfites / 13 Lupin / 14 Mollusques

#### Fruits à coque (8)

a	Amandes
b	Noisettes
c	Noix
d	Noix de cajou
e	Noix de pécan
f	Noix du Brésil
g	Pistaches
h	Noix de macadamia
i	Noix de Queensland

#### Céréales contenant du gluten (1)

m	Blé
n	Seigle
o	Orge
p	épeautre
q	Kamut
r	Avoine

