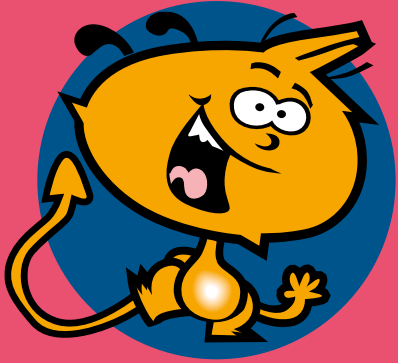
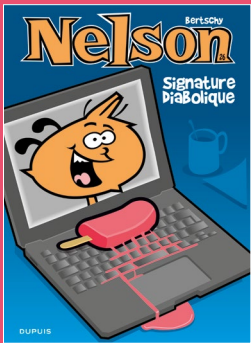


# MENUS JANVIER 2024 SANS VIANDE



# Nelson



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

<b>LUNDI 8.01.24</b> Potage <b>potirons</b> 9 ↓ Filet de hoki <b>MSC</b> 4 Sauce poisson 1(m).3.4.7.9.10 Brocolis au beurre 7 Pommes de terre paprika ↓ Fruit	<b>MARDI 9.01.24</b> Potage tomates 9 ↓ Vol au vent de quorn et <b>champignons</b> 1(m).3.6.7.9 Riz ↓ Produit laitier 7	<b>MERCREDI 10.01.24</b> Potage Caldo verde ( <b>choux verts</b> ) 9 ↓ Bouchées végétariennes 1(m).3.6.7.9 Poêlé de <b>panais</b> ciboulette Pommes campagnardes ↓ Fruit	<b>JEUDI 11.01.24</b> Potage <b>navets</b> 9 ↓ Boulettes végétariennes à la ratatouille (poivrons, tomates, aubergines, courgettes et <b>oignons</b> ) 1(m).3.6.7.9 Fusilli 1(m) ↓ Produit laitier 7	<b> VENDREDI 12.01.24</b> Potage parmentier 9 ↓ Filet de colin <b>MSC</b> 4 Sauce Hollandaise 1(m).3.4.7.9.10 Potée <b>choux de Bruxelles</b> 7 ↓ Fruit
<b>LUNDI 15.01.24</b> Potage courgettes 9 ↓ Tofu marengo 1(m).3.6 (tomates, <b>champignons</b> et <b>carottes</b> ) Pommes duchesse 7 ↓ Fruit	<b>MARDI 16.01.24</b> Potage <b>potirons</b> 9 ↓ Burger végétarien 1(m,n).3.6.7 Haricots princesse aux échalotes Pommes de terre au four ↓ Produit laitier 7	<b>MERCREDI 17.01.24</b> Potage Julienne 9 ↓ Aiguillette panée de blé 1(m).3.6.7 <b>Carottes</b> au thym Pommes de terre nature ↓ Fruit	<b>JEUDI 18.01.24</b> Potage <b>céleris raves</b> 9 ↓ Lasagne végétarienne épinards-ricotta 1(m).7.9. ↓ Biscuit 1(m)3.5.6.7.8(a,b,c,d,e,f,g,h,i,l)11	<b> VENDREDI 19.01.24</b> Potage Andalou 9 ↓ Médaillon de limande et saumon <b>MSC</b> & <b>ASC</b> 4 Sauce à l'aneth 1(m).4.7 <b>Poireaux</b> à la crème 7 Pommes de terre nature ↓ Fruit
<b>LUNDI 22.01.24</b> Potage tomates 9 ↓ Boulettes de soja 1(m).3.6.7.9 Petits pois à la française Pommes de terre nature ↓ Fruit	<b>MARDI 23.01.24</b> Potage légumes 9 ↓ Pot au feu de tempeh curry coco 1(m).6.7 ( <b>navets</b> , haricots verts, <b>carottes</b> ) Boulgour 1(m) ↓ Produit laitier 7	<b>MERCREDI 24.01.24</b> Potage brocolis 9 ↓ Nuggets végétariens 1(m).3.6.7.9 Gratin de <b>chicons</b> et pommes de terre 1(m).7 ↓ Fruit	<b>JEUDI 25.01.24</b> Potage <b>oignons</b> 9 ↓ Couscous de légumes ( <b>carottes</b> , courgettes, <b>navets</b> et pois chiches) 9 Semoule 1(m) ↓ Produit laitier 7	<b> VENDREDI 26.01.24</b> Potage Paysanne 9 ↓ Filet de hoki <b>MSC</b> 4 Sauce poisson 1(m).3.4.7.9.10 Potée <b>potirons</b> 7 ↓ Fruit
<b>LUNDI 29.01.24</b> Potage <b>champignons</b> 9 ↓ Pané de blé, fromage et épinards 1(m).3.4.7 Haricots aux oignons Purée 7 ↓ Fruit	<b>MARDI 30.01.24</b> Potage <b>choux blancs</b> au curry 9 ↓ Bolognaise de seitan 1(m).9 Fromage râpé 7 Macaroni 1(m) ↓ Produit laitier 7	<b>MERCREDI 31.01.24</b> Potage <b>poireaux</b> 9 ↓ Roulé végétal 1(m).3.6.7 <b>Choux rouges</b> aux <b> pommes</b> Pommes de terre nature ↓ Fruit		

### Légende

MSC ou ASC = pêche ou aquaculture durable

Texte en gras : fruits et légumes de saison

Des modifications peuvent intervenir dans les menus proposés.

Nous restons attentifs à vos remarques et suggestions.

Le détail des allergènes est indiqué au verso.

Ingrédients BIO: carotte cube & rondelle, céleri-rave cube, courgette cube, épinard haché, haricot princesse cassé, tomate cube, tomate concentrée, coulis de tomate, couscous complet, couscous au blé entier, boulgour, macaroni blanc, macaroni complet, pâte Fusilli blanc, pomme de terre cube, lentille verte, pois chiche, huile d'olive extra vierge, huile de tournesol, noix de muscade, laurier moulu, curcuma, oignon poudre, fruits en dessert, desserts lactés.



BE-BIO-03



DUPUIS

Bertschy © Dupuis, 2024.  
FR-SV

## 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

