

MENUS JANVIER 2023



ELLIOT AU COLLÈGE



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

LUNDI 09.01.23 Potage champignons ⁹ ↓ Nuggets de volaille ^{1(m),3} Compote de pommes ↓ Pommes de terre nature ↓ Fruit	MARDI 10.01.23 MENU VÉGÉTARIEN Potage courgettes ⁹ ↓ Macaroni sauce bolognaise végétarienne ^{1(m),5,6,9} Gruyère râpé ⁷ ↓ Produit laitier ⁷	MERCREDI 11.01.23 Potage légumes ⁹ ↓ Escalope de poulet Sauce de volaille ^{1(m)} Brocolis sauce moutarde aux herbes ^{1(m),10} Pommes de terre nature ↓ Fruit	JEUDI 12.01.23 MENU VÉGÉTARIEN Potage épinards ⁹ ↓ Vol au vent champignons végétarien (émincés de pois et blé) ^{1(m),7,9} Riz ↓ Produit laitier ⁷	VENDREDI 13.01.23 Potage potirons ⁹ ↓ Dorade ^{MSC4} Sauce à la ciboulette ^{1(m)} Poireaux à la crème ⁷ Pommes de terre sautées ↓ Fruit
LUNDI 16.01.23 Potage brocolis ⁹ ↓ Filet de dinde Jus de volaille ^{1(m)} Stoemp aux carottes ^{1(m),7} ↓ Fruit	MARDI 17.01.23 MENU VÉGÉTARIEN Potage céleris raves ⁹ ↓ Boulettes végétariennes ^{1(m),3,5,6,7,8(a,d,e,f,g,h,i),9} Courgettes à la provençale Pâtes complètes ^{1(m)} ↓ Produit laitier ⁷	MERCREDI 18.01.23 MENU SANS VIANDE Potage tomates ⁹ ↓ Tortilla ³ Petit pois aux oignons ↓ Fruit	JEUDI 19.01.23 Potage légumes ⁹ ↓ Carbonade de bœuf ^{1(m),5,9} Frites ^{1(m),3,7} ↓ Produit laitier ⁷	VENDREDI 20.01.23 Potage oignons ⁹ ↓ Hoki ^{MSC4} Sauce hollandaise ^{1(m),7} Potée potirons ⁷ ↓ Fruit
LUNDI 23.01.23 Potage julienne ⁹ ↓ Boulettes de pur bœuf Sauce tomates Riz ↓ Produit laitier ⁷	MARDI 24.01.23 MENU VÉGÉTARIEN Potage carottes ⁹ ↓ Aiguillettes panées de blé ^{1(m),9} Potée poireaux ^{1(m),7} ↓ Fruit	MERCREDI 25.01.23 Potage courgettes ⁹ ↓ Sauté de porc * Blanc de poulet Sauce au thym ^{1(m),7} Carottes au miel ⁷ Pommes de terre nature ↓ Produit laitier ⁷	JEUDI 26.01.23 MENU VÉGÉTARIEN Potage céleris raves ⁹ ↓ Blanquette de quorn ^{1(m),7,9} Pâtes complètes ^{1(m)} ↓ Fruit	VENDREDI 27.01.23 Potage potirons ⁹ ↓ Filet de lieu noir ^{MSC4} Sauce à la ciboulette ^{1(m),7} Brocolis au beurre ⁷ Purée ⁷ ↓ Produit laitier ⁷
LUNDI 30.01.23 Potage poireaux ⁹ ↓ Emincés de volaille Légumes couscous Semoule ^{1(m)} ↓ Biscuit ^{1(m),3,5,6,7,8(a,b,c,d,e,f,g,h,i),11}	MARDI 31.01.23 MENU VÉGÉTARIEN Potage légumes ⁹ ↓ Chili Sin Carne aux haricots rouges et carottes ^{1(m),4,7,9} Riz ↓ Fruit			

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



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

Grosjean © Dupuis, 2023.
FR-WAV



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 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

