

MENUS MARS 2023



Les amis de
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

LUNDI 6.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage **oignons** 9
♦
Nuggets de légumes
1(m).3.6.7.9
♦
Purée de **choux verts** 7.9
♦
Fruit

MARDI 7.03.23

Potage légumes 9
♦
Boulettes Stroganoff 1(m).6.7.9
Riz
♦
Produit laitier 7

MERCREDI 8.03.23

Potage **navets** 9
♦
Escalope de poulet
Sauce de volaille 1(m)
♦
Choux rouges
aux pommes
♦
Pommes de terre nature
♦
Fruit

JEUDI 9.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage courgettes 9
♦
Lentilles aux oignons
Trio de poivrons
tomatés
Pâtes 1(m)
♦
Produit laitier 7

VENDEDI 10.03.23

POISSON

Potage **champignons** 9
♦
Filet de lieu noir MSC4
Epinards à la crème 7
♦
Pommes de terre nature
♦
Fruit

LUNDI 13.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage potirons 9
♦
Galettes de légumes 1(m).3.6.7.9
Champignons à la crème 1(m).7
♦
Pâtes complètes 1(m)
♦
Fruit

MARDI 14.03.23

Potage **céleris raves** 9
♦
Poulet
Sauce de volaille 1(m)
♦
Compote
♦
Pommes de terre nature
♦
Produit laitier 7

MERCREDI 15.03.23

MENU SANS VIANDE

Potage épinards 9
♦
Gratin choux fleurs
et œuf persillé 3.7
♦
Pommes campagnardes
♦
Fruit

JEUDI 16.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage tomates 9
♦
Carbonnades de tofu
au spéculoos 1(m).6.7
♦
Frites
♦
Produit laitier 7

VENDEDI 17.03.23

POISSON

Potage **oignons** 9
♦
Filet de Hoki MSC4
Sauce citronnée 1(m).3.4.7.9.11.12
♦
Potée brocolis 7
♦
Fruit

LUNDI 20.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage **carottes** 9
♦
Aiguillettes panées de blé
1(m).9
♦
Stoemp aux **cressons** 7
♦
Fruit

MARDI 21.03.23

Potage épinards 9
♦
Nouilles au poulet,
courgettes et paprika 1(m).7
♦
Biscuit
1(m).3.5.6.7.8(a,b,c,d,e,f,g,h,i).11

MERCREDI 22.03.23

Potage tomates 9
♦
Escalope de porc
* Escalope de veau
Choux de Bruxelles
♦
Pommes campagnardes
♦
Fruit

JEUDI 23.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage Parmentier 9
♦
Navarin de quorn
aux petits légumes 1(m).7.9
♦
Semoule 1(m)
♦
Produit laitier 7

VENDEDI 24.03.23

POISSON

Potage courgettes 9
♦
Dorade MSC4
Sauce de ciboulette 1(m)
♦
Fondue de **poireaux**
♦
Purée 7
♦
Fruit

LUNDI 27.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage épinards 9
♦
Pot au feu végétarien
1(m).6.7
♦
(Navets et légumes de
saison, tempeh)
♦
Riz
♦
Fruit

MARDI 28.03.23

Potage potirons 9
♦
Escalope de dinde
Sauce de volaille 1(m)
♦
Poêlée
♦
haricots-**champignons**
♦
Pommes de terre au four
♦
Produit laitier 7

MERCREDI 29.03.23

Potage légumes 9
♦
Lasagne maison
pur bœuf
1(m).3.7
♦
Fruit

JEUDI 30.03.23

MENU VÉGÉTARIEN

Potage brocolis 9
♦
Steak végétarien
1(m).3.5.6.7.8(a,d,e,f,g,h,i).9
♦
Jus moutarde 1(m)
♦
Stoemp aux **carottes** 7
♦
Produit laitier 7

VENDEDI 31.03.23

POISSON

Potage poivrons 9
♦
Waterzooi de saumon 1(m).4.7
♦
Pommes de terre nature
♦
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

Evrard - BenBK - JDMorvan © Dupuis, 2023.
FR-AVV



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

