

# MENUS

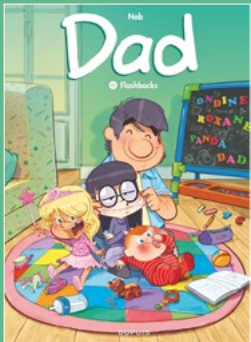
## OCTOBRE 2024

### AVEC VIANDE

# Bon appétit!



# Dad



Nouvel album  
**DUPUIS**



LES CUISINES  
BRUXELLOISES  
DE BRUSSELSE  
KEUKENS

Avenue Jean Sobieski 13, 1020 Bruxelles  
Tel. 02/545.13.88 ou 02/545.13.84  
www.lescuisinesbruxelloises.be

### MARDI 1.10.24

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **potirons** 9  
 ↓  
 Carbonade de tofu 1(m).6.10.12  
 ↓  
 Pommes de terre nature  
 ↓  
 Dessert lacté 7

### MERCREDI 2.10.24

Potage **navets** 9  
 ↓  
 Escalope de dinde  
 Sauce moutarde 1(m).7.9.10.12  
 ↓  
 Potée **carottes** 7  
 ↓  
 Fruit

### JEUDI 3.10.24

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage Andalou 9  
 ↓  
 Emincé végétal 1(m).3  
 ↓  
 Sauce aux légumes 9  
 ↓  
**Brocolis** au beurre 7  
 ↓  
 Riz  
 ↓  
 Dessert lacté 7

### VENDREDI 4.10.24

Potage **courgettes** 9  
 ↓  
 Filet de hoki MSC 4  
 ↓  
 Sauce hollandaise 1(m).3.7  
 ↓  
**Épinards** à l'ail 1(m)  
 ↓  
 Pommes de terre au four  
 ↓  
 Fruit

### LUNDI 7.10.24

Potage légumes 9  
 ↓  
 Filet de poulet  
 Sauce à l'estragon 1(m).9  
 ↓  
 Poêlée de **haricots**  
 aux échalotes  
 ↓  
 Pommes de terre nature  
 ↓  
 Fruit

### MARDI 8.10.24

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **poireaux** 9  
 ↓  
 Curry à l'indienne 1(m).7  
 ↓  
 Riz  
 ↓  
 Dessert lacté 7

### MERCREDI 9.10.24

Potage **choux fleurs** 9  
 ↓  
 Lasagne bolognaise  
 maison (bœuf) 1(m).3.7.9  
 ↓  
 Fruit

### JEUDI 10.10.24

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **épinards** 9  
 ↓  
 Nuggets végétariens  
 1(m).3.6.7.9  
 ↓  
 Compote de **pommes**  
 Pommes de terre aux herbes  
 ↓  
 Biscuit  
 1(m).3.5.6.7.8(a.b.c.d.e.f.g.h.i.l.11)

### VENDREDI 11.10.24

Potage **tomates** 9  
 ↓  
 Lieu noir MSC 4  
 ↓  
 Sauce citronnée 1(m).4.10.12  
 ↓  
 Potée **potirons** 7  
 ↓  
 Fruit

### LUNDI 14.10.24

Potage petits pois 9  
 ↓  
 Blanquette de veau  
 à l'ancienne 1(m).7.9.12  
 ↓  
**(carottes, oignons,  
 champignons)**  
 ↓  
 Riz  
 ↓  
 Fruit

### MARDI 15.10.24

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage Parmentier 9  
 ↓  
 Fusilli aux **brocolis** et  
 fromage 1(m).3.6.7  
 ↓  
 Dessert lacté 7

### MERCREDI 16.10.24

Potage **céleris raves** 9  
 ↓  
 Pilon de poulet mariné 9  
**Choux fleurs** gratinés 1(m).7  
 ↓  
 Pommes de terre aux  
 herbes  
 ↓  
 Fruit

### JEUDI 17.10.24

**MENU VÉGÉTARIEN**

Potage **brocolis** 9  
 ↓  
 Boulettes végétariennes  
 à la portugaise 1(m).3.6.7  
 ↓  
**(poivrons, oignons, tomates)**  
 Croquettes 1(m).7  
 ↓  
 Dessert lacté 7

### VENDREDI 18.10.24

Potage **carottes** 9  
 ↓  
 Cabillaud MSC 4  
 ↓  
 Sauce hollandaise au beurre  
 1(m).3.7  
 ↓  
 Fondue de **poireaux**  
 ↓  
 Pommes de terre nature  
 ↓  
 Fruit

Légende

MSC ou ASC = pêche ou aquaculture durable

Texte en gras : fruits et légumes de saison

\* adapté sans viande de porc

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  
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 LCB-DBK-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

