

# MENUS

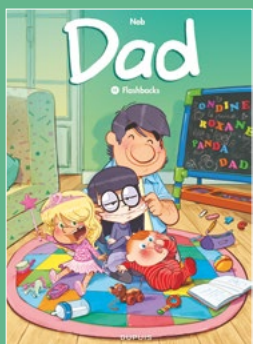
## OCTOBRE 2024

### VÉGÉTARIEN IXELLES

# 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	MERCREDI 2.10.24	JEUDI 3.10.24	VENDREDI 4.10.24
Potage <b>potirons</b> 9 ↓ Carbonade de tofu 1(m).6.10.12 Pommes de terre nature ↓ Dessert lacté 7	Potage <b>navets</b> 9 ↓ Escalope de légumes 1(m).3.6.9 Potée <b>carottes</b> 7 ↓ Fruit	Potage <b>poivrons</b> 9 ↓ Emincé végétal 1(m).3 Sauce aux légumes 9 <b>Brocolis</b> au beurre 7 Riz ↓ Dessert lacté 7	Potage <b>courgettes</b> 9 ↓ Poêlée de pois chiches <b>Epinards</b> à l'ail 1(m) Pommes de terre au four ↓ Fruit
LUNDI 7.10.24	MARDI 8.10.24	MERCREDI 9.10.24	JEUDI 10.10.24
Potage légumes 9 ↓ Burger de légumes 1(m).3.6 Poêlée de <b>haricots</b> aux échalotes Pommes de terre nature ↓ Fruit	Potage <b>poireaux</b> 9 ↓ Curry à l'indienne 1(m).7 Riz ↓ Dessert lacté 7	Potage <b>choux fleurs</b> 9 ↓ Lasagne bolognaise végétarienne maison (quorn) 1(m).3.7.9 ↓ Fruit	Potage <b>épinards</b> 9 ↓ Nuggets végétariens 1(m).3.6.7.9 Compote de <b>pommes</b> Pommes de terre aux herbes ↓ Biscuit 1(m).3.5.6.7.8(a).b.c.d.e.f.g.h.il.11
LUNDI 14.10.24	MARDI 15.10.24	MERCREDI 16.10.24	VENDREDI 18.10.24
Potage petits pois 9 ↓ Blanquette aux haricots blancs et <b>champignons</b> 1(m).7.9.12 <b>(carottes, oignons,            champignons)</b> Riz ↓ Fruit	Potage Parmentier 9 ↓ Fusilli aux <b>brocolis</b> et fromage 1(m).3.6.7 ↓ Dessert lacté 7	Potage <b>céleris raves</b> 9 ↓ Tofu mariné 6.9 <b>Choux fleurs</b> gratinés 1(m).7 Pommes de terre aux herbes ↓ Fruit	Potage <b>carottes</b> 9 ↓ Haricots rouges aux herbes Fondue de <b>poireaux</b> Pommes de terre nature ↓ Fruit
LUNDI 14.10.24	MERCREDI 16.10.24	JEUDI 17.10.24	VENDREDI 18.10.24
		Potage <b>brocolis</b> 9 ↓ Boulettes végétariennes à la portugaise 1(m).3.6.7 <b>(poivrons, oignons, tomates)</b> Croquettes 1(m).7 ↓ Dessert lacté 7	

#### 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  
FR-SVI



## 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

