

MENUS OCTOBRE 2022



Dad



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

Légende :

FT = Fairtrade

LC = liaison chaude

LF = liaison froide

MSC = pêche durable

Texte en gras : fruits & légumes de saison

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.

MARDI 4.10.22

MENU VÉGÉTARIEN

Potage **épinards**⁹

Chili Sin Carne aux haricots
rouges et **maïs**^{1(m),4,7,9}

Riz

Produit laitier⁷

LUNDI 3.10.22

Potage **choux fleurs**⁹

Escalope de dinde

Jus de viande^{1(m)}

Poêlée de **haricots** et
champignons

Pommes de terre sautées

Fruit

MERCREDI 5.10.22

Potage **oignons**⁹

Gyros de porc
Choux blancs marinés
Pain pita^{1(m)}

Fruit

JEUDI 6.10.22

MENU SANS VIANDE

Potage **brocolis**

Pad thai aux œufs
(nouilles sautées aux légumes
et œufs)^{1(m),3,6}

Produit laitier⁷

VENDREDI 7.10.22

Potage **potirons**⁹

Filet de hoki ^{MSC4}

Sauce poisson aux
cressons^{1(m)}

Carottes au thym

Purée⁷

Fruit

MARDI 11.10.22

MENU VÉGÉTARIEN

Potage **cerfeuil**

Pané de blé fromage
et **épinards**^{1(m),7}

Courgettes tomates

Spirelli^{1(m)}

Fruit

LUNDI 10.10.22

Potage parmentier⁹

Carbonade de bœuf
et **navets**^{1(m),6,7,9,10}

Pommes de terre nature

Produit laitier⁷

MERCREDI 12.10.22

FÊTE NATIONALE
ESPAGNOLE

Potage
haricots blancs-paprika

Paëlla de poulet^{5,6,9}

Produit laitier⁷

JEUDI 13.10.22

Potage **carottes**⁹

Saucisse de veau⁶

Compote de pomme

Croquettes^{5,1(m),3,7}

Fruit

VENDREDI 14.10.22

Potage **céleris raves**⁹

Filet de cabillaud ^{MSC4}

Sauce citronnée^{1(m),3,4,7,9,11,12}

Écrasé de pommes de terre aux
olives⁷

Brocolis

Produit laitier⁷

LUNDI 17.10.22

Potage **tomates**

Croustillant de volaille^{1(m),6,7}

Potée aux **choux de
Bruxelles**⁷

Fruit

MARDI 18.10.22

MENU VÉGÉTARIEN

Potage **choux blancs**⁹

Tikka massala de tofu⁶

Poivrons mixtes

Pâtes grecques^{1(m)}

Biscuit issu du commerce
équitable

^{1(m),3,5,6,7,8(a,b,c,d,e,f,g,h,i),11}

MERCREDI 19.10.22

Potage **poireaux**⁹

Lamelle d'agneau^{1(m),9}

Sauce au thym^{1(m)}

Carottes au miel

Pommes de terre au four

Fruit

JEUDI 20.10.22

MENU VÉGÉTARIEN

Potage aux légumes⁹

Falafel^{1(m),9}

Légumes couscous

Semoule^{1(m)}

Produit laitier⁷

VENDREDI 21.10.22

Potage aux pois chiches

Filet de colin ^{MSC4}

Sauce à la ciboulette^{1(m)}

Fondu de **poireaux**

Pommes de terre nature

Fruit



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

Nob © Dupuis, 2022.
FR-SA



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

