

MENUS OCTOBRE 2022 SANS VIANDE



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.

LUNDI 3.10.22

Potage **choux fleurs**⁹
↓
Escalope végétarienne
^{1(m).3.6.7}
Poêlée de **haricots** et
champignons
Pommes de terre sautées
↓
Fruit

MARDI 4.10.22

Potage **épinards**⁹
↓
Chili Sin Carne aux haricots
rouges et **maïs**^{1(m).4.7.9}
Riz
↓
Produit laitier⁷

MERCREDI 5.10.22

Potage **oignons**⁹
↓
Gyros de soja⁶
Choux blancs marinés
Pain pita^{1(m)}
↓
Fruit

JEUDI 6.10.22

Potage **brocolis**
↓
Pad thai aux œufs
(nouilles sautées aux légumes
et œufs)^{1(m).3.6}
↓
Produit laitier⁷

VENREDI 7.10.22

Potage **potirons**⁹
↓
Filet de hoki ^{MSC4}
Sauce poisson aux
cressons^{1(m)}
Carottes au thym
Purée⁷
↓
Fruit

LUNDI 10.10.22

Potage parmentier⁹
↓
Carbonade de tofu et
navets^{1(m).6.10.12}
Pommes de terre nature
↓
Produit laitier⁷

MARDI 11.10.22

Potage **cerfeuil**
↓
Pané de blé fromage
et **épinards**^{1(m).7}
Courgettes tomâtées
Spirelli^{1(m)}
↓
Fruit

MERCREDI 12.10.22

**FÊTE NATIONALE
ESPAGNOLE**

Potage
haricots blancs-paprika
↓
Paëlla fruits de mer^{4.5.6.9}
↓
Produit laitier⁷

JEUDI 13.10.22

Potage **carottes**⁹
↓
Saucisse
végétarienne^{1(m).3.6.7}
Compote de pomme
Croquettes^{1(m).3.7}
↓
Fruit

VENREDI 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**
↓
Nuggets végétariens^{1(m).3.6.7.9}
Potée aux **choux de
Bruxelles**⁷
↓
Fruit

MARDI 18.10.22

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
↓
Dés de quorn⁶
Sauce au thym^{1(m)}
Carottes au miel
Pommes de terre au four
↓
Fruit

JEUDI 20.10.22

Potage aux légumes⁹
↓
Falafel^{1(m).9}
Légumes couscous
Semoule^{1(m)}
↓
Produit laitier⁷

VENREDI 21.10.22

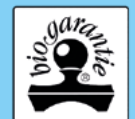
Potage aux pois chiches
↓
Filet de colin ^{MSC4}
Sauce à la ciboulette^{1(m)}
Fondu de **poireaux**
Pommes de terre nature
↓
Fruit



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-SV



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

