

LUNDI

01 Potage **poivrons** 9
Escalope de veau
Sauce veau 1(M).9
Champignons à la crème 1(M).7
Riz
Fruit

08 Potage **potirons** 9
Nuggets 1(M)
Compote
Pommes de terre aux herbes
Fruit

15 Potage **choux fleurs** 9
Filet de poulet
Sauce échalotes 1(M).9
Haricots brisés aux oignons
Pommes de terre aux herbes
Fruit

22 Potage **céleris raves** 9
Carbonade à la flamande 1(M).7.9.10
(bœuf, **carottes, navets, oignons**)
Pommes de terre nature
Fruit

29 Potage **épinards** 9
Filet de poulet
Sauce volaille 1(M).9
Brocolis-choux fleurs gratinés 1(M).7
Pommes de terre nature
Fruit

MARDI

02 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage **navets** 9
Pâtes sauce 3 fromages
(grana padano, mozzarella,
emmental), et légumes (**oignons,**
carottes, courgettes,
épinards) 1(M).3.7
Dessert lacté 7

09 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage parmentier 9
Bolognaise de quorn 3.9
Fromage 7
Pâtes complètes 1(M)
Dessert lacté 7

16 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage vermicelles
à la coriandre 1(M).9
Nasi goreng (œuf, **choux blancs,**
germes de bambou, **champignons,**
poireaux, poivrons, oignons, germes
de mungo, pois gourmands)
1(M).3.6.9.10
Dessert lacté 7

23 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage **poireaux** 9
Falafel sauce portugaise (**poivrons**)
1(M).3.6.7.9.10
Pâtes complètes 1(M)
Dessert lacté 7

30 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage **oignons** 9
Tajine de légumes
et pois chiches 1(M).9
Semoule 1(M)
Dessert lacté 7

MERCREDI

03 Potage **courgettes** 9
Beefburger
Sauce aux herbes 1(M).9
Choux fleurs à la crème 1(M).7
Pommes de terre aux herbes
Fruit

10 Potage julienne 9
Saucisse pur veau
Sauce moutarde 1(M).9.10
Potée **choux de Bruxelles** 7
Fruit

17 Potage **panais** 9
Sauté de veau
Sauce romarin 1(M).9
Choux rouges aux **pommes** 1(M)
Pommes de terre nature
Fruit

24 Potage **choux fleurs** 9
Escalope de porc
* Escalope de dinde
Sauce moutarde 1(M).9.10
Carottes au miel
Pommes de terre
Fruit

JEUDI

04 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage **poireaux** 9
Omelette 3.7
Potée **carottes** 7
Dessert lacté 7

11 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage **champignons** 9
Mijoté d'été (**navets, panais, potirons,**
lentilles, estragon)
1(M).3.7.9.10
Boullgour 1(M,N)
Dessert lacté 7

18 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage **brocolis** 9
Youvetsi (lanières végétales) 1(M).9
Pâtes grecques 1(M)
Dessert lacté 7

25 **MENU VÉGÉTARIEN**
Potage **tomates** 9
Vol-au-vent végétarien 1(M).3.7.9
(émincé de pois et blé,
champignons)
Frites
Dessert lacté 7

VENREDI

05 Bouillon de légumes
aux vermicelles 1(M).9
Colin MSC 4
Sauce aneth 1(M).7
Brocolis au beurre 7
Pommes de terre au four
Fruit

12 Potage **tomates** 9
Lieu noir MSC 4
Sauce aneth 1(M).7
Courgettes étuvées
Pommes de terre nature
Fruit

19 Potage **navets** 9
Merlan bleu MSC 4
Sauce citronnée 1(M).4.9.10.12
Potée **butternut** 7
Biscuit
1(M).3.5.6.7.8(A,B,C,D,E,F,G,H).11

26 Potage **carottes** 9
Filet de saumon ASC 4
Sauce au beurre 1(M).4.7.9.10.12
Epinards à la crème 1(M).7
Purée 7
Fruit

INFORMATIONS SUR LES ALLERGÈNES

Conformément à l'arrêté royal du 17 juillet 2014, nous vous informons de la présence de certains allergènes dans les plats que nous proposons.

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par courriel à l'adresse suivante lcb-dbk-info-diet@restobru.be ou par téléphone au **02/430.64.53**

Étant donné la grande variété d'ingrédients que nous utilisons en cuisine, nous ne pouvons pas garantir l'absence de contaminations croisées en matière d'allergènes.

Pour connaître les allergènes présents dans nos menus, une numérotation est indiquée à côté des aliments. Les chiffres sont repris dans le tableau ci-contre.

Des modifications peuvent intervenir dans les menus proposés.

Nous restons attentifs à vos remarques et suggestions.

LÉGENDE MENU

MSC ou ASC = pêche ou aquaculture durable

Texte en gras : fruits & légumes de saison

* adapté sans viande de porc

Ingrédients BIO : carotte cube & rondelle, courgette cube, haricot princesse cassé, tomate cube, tomate concentrée, tomate pulpe, couscous blanc, pâte grecque, pâte Penne blanche, pâte Fusilli blanche, pomme de terre cube, lentille verte, pois chiche, haricot rouge, huile d'olive extra vierge, cumin moulu, noix de muscade moulu, laurier moulu, curcuma, oignon poudre, origan, paprika doux poudre, romarin poudre, biscuit cookie, fruits en dessert sauf la poire, desserts lactés.

LÉGENDES DES ALLERGÈNES

1 (*M,N,O,P,Q,R)	GLUTEN
M	Blé
N	Seigle
O	Orge
P	Epeautre
Q	Kamut
R	Avoine
2	CRUSTACÉS
3	OEUFS
4	POISSONS
5	ARACHIDES
6	SOJA
7	LAIT & PRODUITS À BASE DE LACTOSE
8 (*A,B,C,D,E,F,G,H,I)	FRUITS À COQUE
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 du Queensland
9	CÉLERI
10	MOUTARDE
11	SÉSAME
12	SULFITES
13	LUPIN
14	MOLLUSQUES