

LUNDI

01

Potage andalou ⁹

Emincé pois et blé ^{1(M).3}
Champignons à la crème ^{1(M).7}
Riz

Fruit

08

Potage **potirons** ⁹

Nuggets végétariens ^{1(M).3.6.7.9}
Compote
Pommes de terre aux herbes

Fruit

15

Potage **choux fleurs** ⁹

Escalope végétale ^{1(M).3.6.9}
Haricots brisés aux oignons
Pommes de terre aux herbes

Fruit

22

Potage **céleris raves** ⁹

Carbonade végétarienne (quorn,
carottes, navets, oignons)
^{1(M).3.7.9.10}
Pommes de terre nature

Fruit

29

Potage **épinards** ⁹

Bouchées végétales **épinards**
et fromage ^{1(M).7}
Brocolis-choux fleurs gratinés ^{1(M).7}
Pommes de terre nature

Fruit

MARDI

02

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

Potage parmentier ⁹

Bolognaise de quorn ^{3.9}
Fromage ⁷
Pâtes complètes ^{1(M)}

Dessert lacté ⁷

16

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

Potage **poireaux** ⁹

Falafel sauce portugaise (**poivons**)
^{1(M).3.6.7.9.10}
Pâtes complètes ^{1(M)}

Dessert lacté ⁷

30

Potage **oignons** ⁹

Tajine de légumes
et pois chiches ^{1(M).9}
Semoule ^{1(M)}

Dessert lacté ⁷

MERCREDI

03

Potage **courgettes** ⁹

Dés de quorn au thym ³
Sauce aux légumes ^{1(M).9}
Choux fleurs à la crème ^{1(M).7}
Pommes de terre aux herbes

Fruit

10

Potage julienne ⁹

Saucisse végétale ^{1(M).6}
Potée **choux de Bruxelles** ⁷

Fruit

17

Potage **panais** ⁹

Bouchées végétariennes ^{1(M).0.3.9}
Choux rouges aux **pommes** ^{1(M)}
Pommes de terre nature

Fruit

24

Potage **choux fleurs** ⁹

Aiguillettes végétales ^{1(M).3}
Carottes au miel
Pommes de terre

Fruit

JEUDI

04

Potage **poireaux** ⁹

Omelette ^{3.7}
Potée **carottes** ⁷

Dessert lacté ⁷

11

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

Potage **brocolis** ⁹

Youvetsi (lanières végétales) ^{1(M).9}
Pâtes grecques ^{1(M)}

Dessert lacté ⁷

25

Potage **tomates** ⁹

Vol-au-vent végétarien ^{1(M).3.7.9}
(émincé de pois et blé,
champignons)
Croquettes ⁷

Dessert lacté ⁷

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



LES CUISINES
BRUXELLOISES
DE BRUSSELSE
KEUKENS



BE-BIO-03

FR-SV

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

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