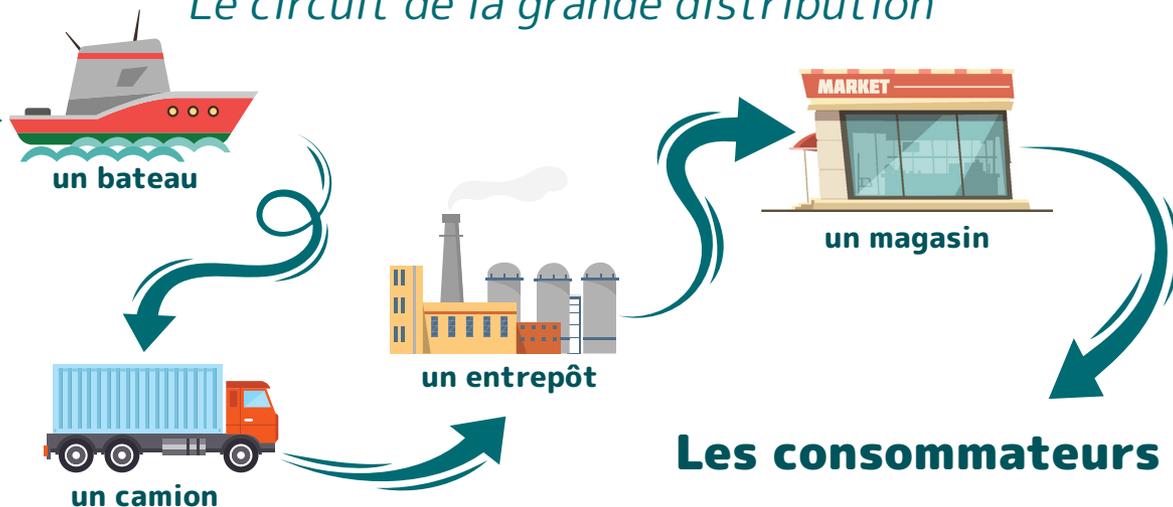




TCO Service est ECO-FRIENDLY il achète en circuit court!

Le circuit de la grande distribution



Suis le parcours d'un produit vendu en « circuit court » et d'un produit vendu dans le « circuit de la grande distribution ».

Le producteur



Le circuit court



Les produits que tu achètes en « circuit court » sont issus d'une agriculture locale. Ils sont meilleurs pour la santé et aussi pour l'environnement car ils ne parcourent pas des milliers de kilomètres pour se retrouver dans ton assiette.

Bravo pour la planète!

MENU FEVRIER 2023

ECOLE D'OTTIGNIES - LOUVAIN-LA-NEUVE



		jeudi 02		vendredi 03			
		Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>		Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>			
		 Dahl de lentilles corail aux tomates et lait de coco Riz <i>Céleri</i>		Pâtes (complètes) au pesto vert Brocoli Emincés de dinde <i>Gluten, céleri, lait</i>			
		<i>Plat froid</i>					
		 Salade de quinoa aux petits légumes, saumon belle-vue <i>Poissons, céleri, œufs, moutarde</i>		 Omelette, crudités, sandwich <i>Lait, gluten, œufs, moutarde</i>			
		Biscuit <i>(Gluten, lait, œufs, fruits à coque)</i>		Fruit			
lundi 06		mardi 07		jeudi 09		vendredi 10	
Potage carottes persil BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage poivrons rouges BIO <i>Céleri</i>		Potage potiron BIO <i>Céleri</i>	
 Stoemp de chou rouge Saucisse végétarienne <i>Gluten, moutarde, lait</i>		 Pâtes à la Norvégienne (saumon, épinards et lentilles vertes) <i>Poissons, céleri, gluten, lait</i>		 Crudités de saison, dressing Chili sin carne (tomates, maïs, haricots rouges) Wraps / Riz  <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>		Cubes de céleri rave grillés Boulette de volaille Purée nature / Frites <i>Céleri, moutarde, gluten, œufs, lait / Arachides</i>	
		<i>Plat froid</i>					
 Salade de pâtes, crudités feta, huile d'olive <i>Gluten, céleri, lait</i>		 Jambon de dinde, crudités, pain blanc <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		 Salade Niçoise (thon, haricots verts, olives, pommes de terre) <i>Poisson, moutarde, œufs, lait, céleri</i>		 Falafels, crudités, sauce au yaourt, pain pita <i>Gluten, sésame, lait, céleri, œufs, moutarde</i>	
Raisins secs		Yaourt <i>Lait</i>		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à goute</i>		Fruit	
lundi 13		mardi 14		jeudi 16		vendredi 17	
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>		Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>		Potage céleri-rave BIO <i>Céleri</i>	
 Coulis de carottes Œufs brouillés Pommes de terre nature <i>Œufs, lait</i>		 Colombo de poissons (courgettes, tomates, lait de coco) Quinoa <i>Poissons, céleri, soja, moutarde, gluten</i>		 Pâtes bolognaise de Quorn Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œuf</i>		 Choucroute saucisse de Frankfort Purée <i>Gluten, céleri, œufs, lait, moutarde</i>	
		<i>Plat froid</i>					
 Salade de pâtes, maïs, gouda, tomates, ciboulette <i>Gluten, céleri, œufs, moutarde, lait</i>		Wraps César (poulet, salade, maïs) <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		 Pêches au thon, laitue, pain gris <i>Poissons, œufs, moutarde, lait, céleri, gluten</i>		 Salade de pommes de terre, crudités râpées, œuf mimosa <i>Œufs, moutarde, céleri</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Batonnets de Fromage <i>Lait</i>		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		Fruit	

 : Plat végétarien
 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, fish stick
 : Plat contenant de la viande de porc

Légumes de saison: selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie

100 % BIO: les potages sont 100% BIO.

100 % BIO: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires

35% BIO: repas avec minimum 20% d'ingrédients BIO. Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)

70% local: repas avec 70% de produits locaux.

ALLERGIES: Pour toutes questions sur les allergènes présents dans nos repas, contacter notre diététicienne par email : allergie@tcoservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

