

# MENUS

## DÉCEMBRE 2023

### SANS VIANDE



LES SOEURS  
GREMILLET



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



**LUNDI 4.12.23**

Potage **carottes** 9  
 ↓  
 Nuggets végétariens  
 1(m).3.6.7.9  
 Compote  
**pommes-abricots**  
 Potatoes  
 ↓  
 Fruit

**LUNDI 11.12.23**

Potage **épinards** 9  
 ↓  
 Cordon bleu végétarien  
 1(m).3.6.7.9  
**Champignons** crème 7  
 Pommes duchesses 7  
 ↓  
 Fruit

**LUNDI 18.12.23**

Potage **poireaux** 9  
 ↓  
 Escalope végétarienne  
 1(m).3.6.9  
 Potée **choux verts** 7  
 ↓  
 Fruit

**MARDI 5.12.23**

Potage **panais** 9  
 ↓  
 Bolognaise de soja 1(m).3.5.6  
 Fromage râpé 7  
 Fusilli 1(m)  
 ↓  
 Dessert de St Nicolas  
 1(m).3.5.6.7.8(a.b.c.d.e.f.g.h.i).11

**MARDI 12.12.23**

Potage **navets** 9  
 ↓  
 Saucisse végétarienne 1(m).3.6  
 Potée **choux de Bruxelles** 7  
 ↓  
 Dessert lacté 7

**MARDI 19.12.23**

Potage **panais** 9  
 ↓  
 Chili sin carne  
 (Haricots rouges et poivrons)  
 Riz  
 ↓  
 Dessert lacté 7

**MERCREDI 6.12.23**

Potage **choux verts** 9  
 ↓  
 Burger de légumes 1(m).3.6  
**Choux rouges**  
 aux **pommes**  
 Pommes de terre nature  
 ↓  
 Fruit

**MERCREDI 13.12.23**

Potage **courgettes** 9  
 ↓  
 Boulettes végétariennes  
 1(m).3.6.7.9  
 Sauce tomates 1(m).9  
 Macaroni 1(m)  
 ↓  
 Fruit

**MERCREDI 20.12.23**

Potage **poivrons** 9  
 ↓  
 Gyros de quorn  
 1(m).3.7.9.10  
 Gratin **panais-navets** et  
 pommes de terre 7  
 ↓  
 Fruit

**JEUDI 7.12.23**

Potage **champignons** 9  
 ↓  
 Bouchée de blé  
 façon thaï 1(m).6  
 Légumes wok  
 sauce aigre-douce 9  
 Riz  
 ↓  
 Dessert lacté 7

**JEUDI 14.12.23**

Potage **parmentier** 9  
 ↓  
 Curry de quorn aux légumes  
 (**carottes** et **courgettes**) 1(m)  
 Boulgour 1(m)  
 ↓  
 Dessert lacté 7

**JEUDI 21.12.23**

Potage **oignons** 9  
 ↓  
 Pâtes ricotta épinards  
 (Fusilli) 1(m).7  
 ↓  
 Fruit

**VENDREDI 01.12.23**

Potage **céleris raves** 9  
 ↓  
 Dorade MSC 4  
 Sauce au curcuma 1(m)  
**Carottes** braisées  
 Pommes de terre persillées  
 ↓  
 Dessert lacté 7

**VENDREDI 8.12.23**

Potage tomates 9  
 ↓  
 Filet de Hoki MSC4  
 Sauce à l'aneth 4.7  
 Potée **potirons** 7  
 ↓  
 Fruit

**VENDREDI 15.12.23**

Potage **potirons** 9  
 ↓  
 Filet de colin MSC4  
 Sauce à la ciboulette 1(m).3.4.7.10  
 Haricots brisés à l'ail  
 Pommes campagnardes  
 ↓  
 Fruit

**VENDREDI 22.12.23**

Crème de **potirons** 7.9  
 ↓  
 Médailon de limande  
 et saumon MSC & ASC4  
 Sauce homardine  
 1(m).2.3.4.14.9.10  
 Choux fleurs à la crème 7  
 Rösti 3  
 ↓  
 Dessert de Noel  
 1(m).3.5.6.7.8(a.b.c.d.e.f.g.h.i).11

#### Légende

MSC ou ASC = pêche ou aquaculture durable

Texte en gras : fruits et légumes de saison

Des modifications peuvent intervenir dans les menus proposés.

Nous restons attentifs à vos remarques et suggestions.

Le détail des allergènes est indiqué au verso.

Ingrédients BIO: carotte cube & rondelle, céleri-rave cube, courgette cube, épinard haché, haricot princesse cassé, tomate cube, tomate concentrée, coulis de tomate, couscous complet, couscous au blé entier, boulgour, macaroni blanc, macaroni complet, pâte Fusilli blanc, pomme de terre cube, lentille verte, pois chiche, huile d'olive extra vierge, huile de tournesol, noix de muscade, laurier moulu, curcuma, oignon poudre, fruits en dessert, desserts lactés.



BE-BIO-03



**DUPUIS**

Barbucci - Di Gregorio © Dupuis, 2023.  
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](mailto: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

