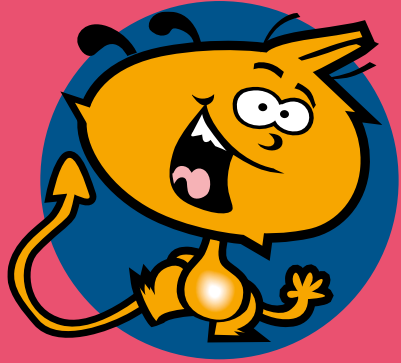
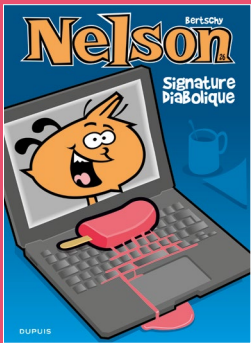


MENUS JANVIER 2024



Nelson



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 8.01.24

Potage potirons 9

↓

Escalope de poulet
Sauce à l'estragon 1(m).9
Brocolis au beurre 7
Pommes de terre paprika
↓
Fruit

LUNDI 15.01.24

Potage courgettes 9

↓

Veau marengo 1(m)
(tomates, **champignons**
et **carottes**)
Frites
↓
Fruit

LUNDI 22.01.24

Potage tomates 9

↓

Escalope de dinde
Sauce volaille 1(m).3.7.9.10
Petits pois à la française
Pommes de terre nature
↓
Fruit

LUNDI 29.01.24

Potage champignons 9

↓

Filet de poulet
Sauce moutarde 1(m).9.10
Haricots aux oignons
Purée 7
↓
Fruit

MARDI 9.01.24

MENU VÉGÉTARIEN

↓

Potage tomates 9
↓
Vol au vent de quorn
et **champignons** 1(m).3.6.7.9
Riz
↓
Produit laitier 7

MARDI 16.01.24

MENU VÉGÉTARIEN

↓

Potage potirons 9
↓
Burger végétarien 1(m).n.3.6.7
Haricots princesse
aux échalotes
Pommes de terre au four
↓
Produit laitier 7

MARDI 23.01.24

MENU VÉGÉTARIEN

↓

Potage légumes 9
↓
Pot au feu de tempeh
curry coco 1(m).6.7
(navets, haricots verts,
carottes)
Boullgour 1(m)
↓
Produit laitier 7

MARDI 30.01.24

MENU VÉGÉTARIEN

↓

Potage choux fleurs 9
↓
Bolognaise de seitan 1(m).9
Fromage râpé 7
Macaroni 1(m)
↓
Produit laitier 7

MERCREDI 10.01.24

Potage courgettes 9

↓

Épigramme d'agneau 10
Sauce au thym 1(m).9
Poêlé de panais ciboulette
Pommes campagnardes
↓
Fruit

MERCREDI 17.01.24

Potage Julienne 9

↓

Sauté de porc
* Filet de poulet
Sauce à l'ail 1(m).3.7.9.10
Carottes au thym
Pommes de terre nature
↓
Fruit

MERCREDI 24.01.24

Potage brocolis 9

↓

Veau
Sauce au romarin 1(m).3.7.9.10
Gratin de **chicons**
et pommes de terre 1(m).7
↓
Fruit

MERCREDI 31.01.24

Potage poireaux 9

↓

Boudin blanc 1(m).3.7
* Chipolata de poulet 1(m)
Choux rouges
aux **pommes**
Pommes de terre nature
↓
Fruit

JEUDI 11.01.24

MENU VÉGÉTARIEN

↓

Potage navets 9
↓
Boulettes végétariennes
à la ratatouille (poivrons,
tomates, aubergines,
courgettes et **oignons**)
1(m).3.6.7.9
Fusilli 1(m)
↓
Produit laitier 7

JEUDI 18.01.24

MENU VÉGÉTARIEN

↓

Potage céleris raves 9
↓
Lasagne végétarienne
épinards-ricotta 1(m).7.9.
↓
Biscuit
1(m).3.5.6.7.8(a,b,c,d,e,f,g,h,i).11

JEUDI 25.01.24

MENU VÉGÉTARIEN

↓

Potage oignons 9
↓
Couscous de légumes
(**carottes**, courgettes,
navets et pois chiches) 9
Semoule 1(m)
↓
Produit laitier 7

VENDREDI 12.01.24

Potage parmentier 9

↓

Filet de colin MSC 4
Sauce Hollandaise
1(m).3.4.7.9.10
Potée **choux de Bruxelles** 7
↓
Fruit

VENDREDI 19.01.24

Potage poivrons 9

↓

Médailillon de limande et
saumon MSC & ASC 4
Sauce à l'aneth 1(m).4.7
Poireaux à la crème 7
Pommes de terre nature
↓
Fruit

VENDREDI 26.01.24

Potage Paysanne 9

↓

Filet de hoki MSC 4
Sauce poisson 1(m).3.4.7.9.10
Potée **potirons** 7
↓
Fruit

Légende

MSC ou ASC = pêche ou aquaculture durable

Texte en gras : fruits et légumes de saison

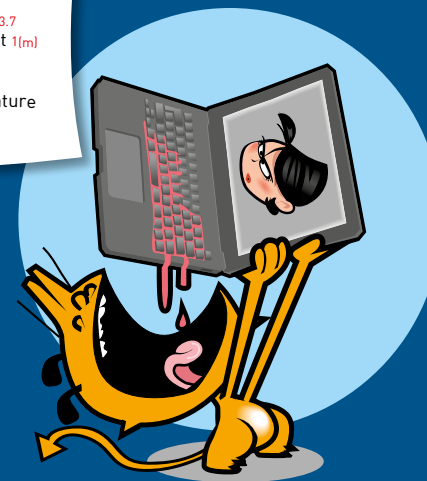
* adapté sans viande de porc

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, boullgour, 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

Bertschy © Dupuis, 2024.
FR-AVV

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

