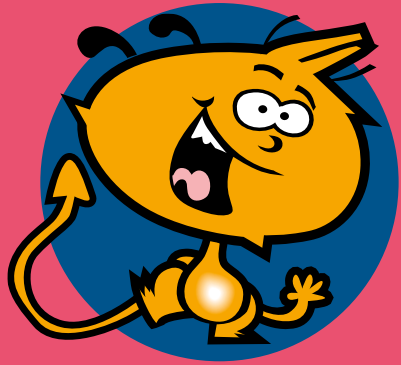
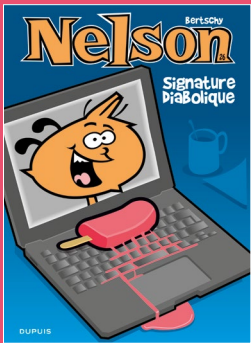


MENUS JANVIER 2024 SANS VIANDE



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 ↓ Filet de hoki MSC 4 Sauce poisson 1(m).3.4.7.9.10 Brocolis au beurre 7 Pommes de terre paprika ↓ Fruit	MARDI 9.01.24 Potage tomates 9 ↓ Vol au vent de quorn et champignons 1(m).3.6.7.9 Riz ↓ Produit laitier 7	MERCREDI 10.01.24 Potage courgettes 9 ↓ Bouchées végétariennes 1(m).3.6.7.9 Poêlé de panais ciboulette Pommes campagnardes ↓ Fruit	JEUDI 11.01.24 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	 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
LUNDI 15.01.24 Potage courgettes 9 ↓ Tofu marenco 1(m).3.6 (tomates, champignons et carottes) Frites ↓ Fruit	MARDI 16.01.24 Potage potirons 9 ↓ Burger végétarien 1(m).n).3.6.7 Haricots princesse aux échalotes Pommes de terre au four ↓ Produit laitier 7	MERCREDI 17.01.24 Potage Julienne 9 ↓ Aiguillette panée de blé 1(m).3.6.7.9 Carottes au thym Pommes de terre nature ↓ Fruit	JEUDI 18.01.24 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	 VENDREDI 19.01.24 Potage poivrons 9 ↓ Médaillon 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
LUNDI 22.01.24 Potage tomates 9 ↓ Boulettes de soja 1(m).3.6.7.9 Petits pois à la française Pommes de terre nature ↓ Fruit	MARDI 23.01.24 Potage légumes 9 ↓ Pot au feu de tempeh curry coco 1(m).6.7 (navets , haricots verts, carottes) Boulgour 1(m) ↓ Produit laitier 7	MERCREDI 24.01.24 Potage brocolis 9 ↓ Nuggets végétarien 1(m).3.6.7.9 Gratin de chicons et pommes de terre 1(m).7 ↓ Fruit	JEUDI 25.01.24 Potage oignons 9 ↓ Couscous de légumes (carottes , courgettes, navets et pois chiches) 9 Semoule 1(m) ↓ Produit laitier 7	 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
LUNDI 29.01.24 Potage champignons 9 ↓ Pané de blé, fromage et épinards 1(m).3.4.7 Haricots aux oignons Purée 7 ↓ Fruit	MARDI 30.01.24 Potage choux fleurs 9 ↓ Bolognaise de seitan 1(m).9 Fromage râpé 7 Macaroni 1(m) ↓ Produit laitier 7	MERCREDI 31.01.24 Potage poireaux 9 ↓ Roulé végétal 1(m).3.6.7 Choux rouges aux pommes Pommes de terre nature ↓ Fruit		

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

Bertschy © Dupuis, 2024.
FR-SWV

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

