

MENUS

JANVIER 2025

AVEC VIANDE IXLLES

Bon appétit!



LE PETIT SPIROU



Nouvel album

DUPUIS

Avenue Jean Sobieski 13, 1020 Bruxelles
Tel. 02/545.13.88 ou 02/545.13.84
www.lescuisinesbruxelloises.be

LES CUISINES
BRUXELLOISES
DE BRUSSELSE
KEUKENS

LUNDI 6.01.25

Potage Julienne 9
↓
Escalope de dinde 1(m).9.10.12
Sauce moutarde 1(m).9.10.12
Carottes au thym
Pommes de terre aux herbes de Provence
↓
Fruit

MARDI 7.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage courgettes 9
↓
Youvetsi de tempeh 1(m).6.9
Pâtes grecques 1(m)
↓
Dessert lacté 7

MERCREDI 8.01.25

Potage choux fleurs 9
↓
Beefburger
Sauce au romarin 1(m).9
Petits pois étuvés
Pommes de terre nature
↓
Fruit

JEUDI 9.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage parmentier 9
↓
Nasigoreng (légumes chinois) 1(m).3.6.9.10
↓
Biscuit 1(m).3.5.6.7.8(a.b.c.d.e.f.g.h.i).11

VENDREDI 10.01.25

Potage tomates 9
↓
Saumon ASC 4
Sauce à l'aneth 4.7
Potée **poireaux** 7
↓
Fruit

LUNDI 13.01.25

Potage **céleris raves** 9
↓
Gyros de poulet 9
Haricots princesses à l'étuvée
Riz
↓
Fruit

MARDI 14.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage **poireaux** 9
↓
Burger de légumes 1(m).0.3.6
Potée **potirons** 7
↓
Dessert lacté 7

MERCREDI 15.01.25

Potage légumes 9
↓
Saucisse de campagne
Sauce volaille 1(m).9
Choux rouges aux **pommes** 1(m)
Pommes de terre nature
↓
Fruit

JEUDI 16.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage **champignons** 9
↓
Bolognaise de soja 1(m).6.9
Fromage râpé 7
Pâtes Fusilli 1(m)
↓
Dessert lacté 7

VENDREDI 17.01.25

Potage **carottes** 9
↓
Filet de colin MSC 4
Sauce poisson à la ciboulette 1(m).3.4.7.9.10.12
Brocolis au beurre 7
Pommes de terre nature
↓
Fruit

LUNDI 20.01.25

Potage épinards 9
↓
Blanquette de veau 1(m).7.9.12
Pommes de terre nature
↓
Fruit

MARDI 21.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage **navets** 9
↓
Penne aux brocolis et fromage 1(m).7
↓
Dessert lacté 7

MERCREDI 22.01.25

Potage tomates 9
↓
Filet de dinde
Sauce curry ananas 1(m).7.9.10
Riz
↓
Fruit

JEUDI 23.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage courgettes 9
↓
Boulettes végétariennes avec sauce à la liégeoise 1(m).3.6.7.10.12
Carottes étuvées
Croquettes 7
↓
Dessert lacté 7

VENDREDI 24.01.25

Potage **panais** 9
↓
Waterzooi de poisson 1(m).3.4.7
Pommes de terre au four
↓
Fruit

LUNDI 27.01.25

Potage courgettes 9
↓
Pilon de poulet / Poulet émincé 9
Sauce au thym 1(m).9
Compote de **pommes**
Pommes de terre sautées
↓
Fruit

MARDI 28.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage **carottes** 9
↓
Tajine de tempeh aux légumes d'hiver 1(m).6.9 (**panais, choux verts**)
Semoule 1(m)
↓
Dessert lacté 7

MERCREDI 29.01.25

Potage **champignons** 9
↓
Lasagne maison (bœuf) 1(m).3.7.9
↓
Fruit

JEUDI 30.01.25

MENU VÉGÉTARIEN
Potage épinards 9
↓
Bouchées végétales 1(m).0.3.9
Sauce aux légumes 1(m).7.9
Etuvée de bouquetière de légumes (mix brocolis-choux fleurs-**carottes**)
Pommes de terre nature
↓
Dessert lacté 7

VENDREDI 31.01.25

Potage Paysanne 9
↓
Hoki MSC 4
Sauce hollandaise 1(m).3.7
Potée cerfeuil 7
↓
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, 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, desserts lactés.



BE-BIO-03

FR-AVI

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 LCB-DBK-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

