

# MENUS MARS 2025

SANS VIANDE

## Bon appétit!



### LES MONDES PERDUS



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 10.03.25

Potage choux fleurs 9  
♦  
Boulettes végétariennes à la liégeoise 1(m).3.6.7.12  
♦  
Pommes de terre nature  
♦  
Fruit

#### MARDI 11.03.25

Potage courgettes 9  
♦  
Sauté de tempeh 1(m).6  
♦  
Sauce aux légumes 7.9  
♦  
Poêlée de champignons  
♦  
Pâtes Penne 1(m)  
♦  
Dessert lacté 7

#### MERCREDI 12.03.25

Potage oignons 9  
♦  
Tajine de pois chiches 1(m).9  
♦  
Semoule 1(m)  
♦  
Fruit

#### JEUDI 13.03.25

Potage paysanne 9  
♦  
Bouchées végétariennes 1(m.o).3.9  
♦  
Gratin de chicons à l'emmental 1(m).7  
♦  
Croquettes 7  
♦  
Dessert lacté 7

#### VENDREDI 14.03.25

Potage tomates 9  
♦  
Saumon ASC 4  
♦  
Sauce à l'aneth 1(m).7  
♦  
Brocolis  
♦  
Pommes de terre  
♦  
Fruit

#### LUNDI 17.03.25

Potage courgettes 9  
♦  
Irish stew végétarien (ragoût à base de tempeh, carottes, oignons & pommes de terre) 1(m).6.7.9.10  
♦  
Fruit

#### MARDI 18.03.25

Potage carottes 9  
♦  
Burger de légumes 1(m.o).3.6  
♦  
Potée choux de Bruxelles 7  
♦  
Dessert lacté 7

#### MERCREDI 19.03.25

Potage poireaux 9  
♦  
Lasagne végétarienne maison (quorn) 1(m).3.7.9  
♦  
Fruit

#### JEUDI 20.03.25

Potage navets 9  
♦  
Curry de lentilles aux carottes 1(m).7.9  
♦  
Boullgour 1(m.n)  
♦  
Dessert lacté 7

#### VENDREDI 21.03.25

Potage oignons 9  
♦  
Filet de colin MSC 4  
♦  
Sauce citronnée 1(m).4.7.12  
♦  
Epinards au beurre 1(m).7  
♦  
Pommes de terre nature  
♦  
Fruit

#### LUNDI 24.03.25

Potage poireaux 9  
♦  
Bouchées végétariennes d'épinards et fromage 1(m).7  
♦  
Sauce aux légumes 7.9  
♦  
Mélange de légumes printaniers (carottes, choux fleurs & brocolis)  
♦  
Pommes de terre aux herbes  
♦  
Fruit

#### MARDI 25.03.25

Potage potirons 9  
♦  
Emincé végétal de pois et blé 1(m).3  
♦  
Champignons à la crème 1(m).7  
♦  
Riz  
♦  
Dessert lacté 7

#### MERCREDI 26.03.25

Potage choux fleurs 9  
♦  
Clafoutis salé (œuf, oignons, lardinettes de dinde, poivrons, emmental & pommes de terre) 3.7  
♦  
Fruit

#### JEUDI 27.03.25

Potage légumes 9  
♦  
Bolognaise végétarienne au quorn 1(m).3.9  
♦  
Fromage râpé 7  
♦  
Fusilli 1(m)  
♦  
Dessert lacté 7

#### VENDREDI 28.03.25

Potage céleris raves 9  
♦  
Filet de hoki MSC 4  
♦  
Sauce hollandaise 1(m).7  
♦  
Potée choux verts 7  
♦  
Biscuit 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, 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 sauf la poire, desserts lactés.



BE-BIO-03  
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 [LCB-DBK-info-diet@restobru.be](mailto: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

