TCO SERVICE

CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

TCO Service participe à « la semaine BIO » du 1 au 9 juin 2024.

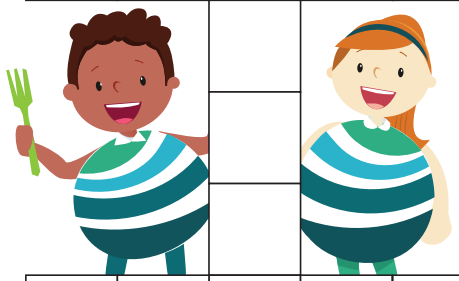
Plus d'infos : https://biomonchoix.be/semainebio

Remplis la grille de mots en lien avec le Bio

en utilisant les indices

1. Je produis de la nourriture dans le monde entier
2. BIO est mon petit nom
3. Je fournis les repas chauds dans ton école
4. Je suis l'ami des papilles gustatives
5. Je me balade dans la terre
6. Nous sommes au nombre de 12 dans le logo BIO européen
7. Quand je mange bio et en plein air, mes œufs sont bio
8. Je suis la saison des tomates en Belgique

Tu reconnais un produit certifié BIO au niveau européen grâce à ce logo sur l'emballage.



TCO SERVICE utilise un maximum de produits BIO.
Tu trouveras la liste en bas de page du menu.

Pour l'occasion, un repas 100% BIO au menu
Potage aux lentilles corail, orzo à la méditerranéenne, biscuit.

MENU JUIN - JUILLET 2024
ECOLES COMMUNALES DE UCCLE

lundi 03	mardi 04	mercredi 05	jeudi 06	vendredi 07
Potage **courgettes** BIO *Céleri*	Potage **carottes** BIO *Céleri*	Potage **chou-fleur** BIO *Céleri*	Potage lentilles corail BIO *Céleri*	Potage **cerfeuil** BIO *Céleri*
Légumes d'été, sauce aigre-douce Emincés de volaille Riz *Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri*	Potée aux **bettes** Filet de Merlu *Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri*	**Petits pois** Filet de poulet Quinoa MENU 100% BIO *Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri*	Orzo (pâtes grecques) à la méditérranéenne BIO (tomates, **courgettes**, fromage) *Gluten (blé), lait, céleri*	**Crudités**, vinaigrette Saucisse Pommes de terre nature *Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde*
TCO Service participe à la semaine BIO (https://biomonchoix.be/semainebio)				
Yaourt *Lait*	Fruit	Fruit	Biscuit BIO *Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)*	Fruit
lundi 10	**mardi 11**	**mercredi 12**	**jeudi 13**	**vendredi 14**
Potage **brocoli** BIO *Céleri*	Potage **carottes** BIO *Céleri*	Potage **épinards** BIO *Céleri*	Potage **céleri vert** BIO *Céleri*	Potage tomates BIO *Céleri*
Champignons, sauce tomate Pois chiches Frites *Gluten (blé), céleri, moutarde, arachides*	**Crudités**, vinaigrette Filet de Lieu Purée nature *Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde*	**Carottes** Filet de poulet Pommes de terre rôties *Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri*	Pâtes (complètes) E FAGIOLI (tomates, **carottes**, haricots blancs, **céleri**) *Gluten (blé), céleri*	**Chou chinois** Dés de poulet, sauce curry au lait de coco Riz *Gluten (blé, orge), œufs, céleri, moutarde*
Yaourt *Lait*	Fruit	Fruit	Biscuit *Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)*	Fruit
lundi 17	**mardi 18**	**mercredi 19**	**jeudi 20**	**vendredi 21**
Potage **St-Germain** BIO *Céleri*	Potage **navets** BIO *Céleri*	Potage **chou-fleur** BIO *Céleri*	Potage **cerfeuil** BIO *Céleri*	Potage **carottes** BIO *Céleri*
Carottes persillées Boulette, sauce tomate Orge *Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri*	**Epinards** à la crème Filet de Colin Pommes de terre nature *Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri*	**Brocoli** Rôti de dinde Purée nature *Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri*	Pâtes aux légumes (**carottes**, tomates, **courgettes**) et légumineuses (lentilles) *Gluten (blé), céleri*	**Crudités**, vinaigrette Filet de poulet, sauce barbecue Pommes de terre en chemise *Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde*
Yaourt *Lait*	Fromage *Lait*	Fruit	Fruit	Fruit
lundi 24	**mardi 25**	**mercredi 26**	**jeudi 27**	**vendredi 28**
Potage **céleri vert** BIO *Céleri*	Potage **courgettes** BIO *Céleri*	Potage **carottes** BIO *Céleri*	Potage **épinards** BIO *Céleri*	Potage pois chiches BIO *Céleri*
Ratatouille (tomates, oignons, **courgettes**) Spriringue de porc Frites *Céleri, arachides*	Pâtes à l'Ostendaise (cabillaud, crevettes roses, **carottes**, poireaux, céleri-rave) *Gluten (blé, seigle), crustacés, poissons, soja, lait, céleri*	**Chou-fleur** Œuf dur Pommes de terre rôties *Œufs, lait, céleri*	Chili sin carne (tomates, maïs et haricots rouges) Riz/Wraps Menu Burger *Céleri, /gluten (blé)*	*Hamburger* Pistolet/sandwich - **crudités** - mayonnaise aux herbes - burger de bœuf *Gluten (blé, seigle),œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sésame*
Yaourt *Lait*	Fruit	Fruit	Fruit	Méli-mélo de desserts *Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)*
lundi 1 juillet	**mardi 2 juillet**	**mercredi 3 juillet**	**jeudi 4 juillet**	**vendredi 5 juillet**
Potage **carottes** BIO *Céleri*	Potage **céleri vert** BIO *Céleri*	Potage **brocoli** BIO *Céleri*	Potage **tomates** BIO *Céleri*	Potage **courgettes** BIO *Céleri*
Haricots verts Omelette Purée nature *Gluten (blé), œufs, lait, céleri*	**Crudités**, vinaigrette Fish sticks Pommes de terre nature *Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, céleri, moutarde*	**Carottes** Filet de poulet Pommes de terre rôties *Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri*	Couscous de légumes du chef (**carottes**, **courgettes**, pois chiches) Semoule *Gluten (blé), céleri*	Päella aux légumes et lardinettes de dinde *Œufs, céleri*
Compotine	Fruit	Fruit	Fruit	Méli-mélo de desserts *Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)*

: Plat végétarien
: Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, fish stick
: Plat contenant de la viande de porc

Légumes de saison: selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie

100 % BIO: les potages sont 100% BIO.

100 % BIO: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).
Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01).

70% local: 70% des ingrédients sont d'origine locale.

Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (AR belge 17/07/2014). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Nos repas étant préparés en cuisine de collectivité, nous ne pouvons pas garantir l'absence de traces d'allergènes supplémentaires. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : allergie@tcoservice.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.