

# TCO SERVICE DES BONS REPAS, SAINS ET DURABLES TOUTE L'ANNÉE À LA CANTINE DE TON ÉCOLE !

Retrouve Sam & Lili chaque mois sur le dos de menu pour des infos sur l'alimentation.



## TCO Service c'est















- Des menus variés et équilibrés pensés par une diététicienne
- Un maximum d'achats Bio et en circuit court
- Un personnel formé et expérimenté
- Des produits du commerce équitable
- Des ingrédients de qualité
- Du poisson labellisé « Pêche durable »
- Des légumes et des fruits de saison
- Des menus à thème pour te faire découvrir de nouveaux goûts
- Au moins un repas végétarien par semaine





**Une super année scolaire en pleine forme  
avec les repas de TCO Service !**


# MENU SEPTEMBRE 2024

## COLLEGE SAINT PIERRE

lundi 2 septembre	mardi 3 septembre	jeudi 5 septembre	vendredi 6 septembre
Potage <b>céleri vert</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>potimarrons</b> <i>Céleri</i>	Potage pois chiches <i>Céleri</i>
<b>Fenouil</b> à la provençale Emincés de volaille Riz <i>Céleri</i>	 Compote de pommes Saucisse Frites / Pommes de terre persillées  <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde, /arachides</i>	 Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, <b>céleri vert</b> )  <i>Gluten (blé), céleri</i>	 <b>Epinards</b> à la crème Filet de Cabillaud Pommes de terre nature  <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 9 septembre	mardi 10 septembre	jeudi 12 septembre	vendredi 13 septembre
Potage <b>navets</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>potimarrons</b> <i>Céleri</i>
 Potée Liégeoise ( <b>haricots verts</b> , lardons, pommes de terre)  <i>Céleri, moutarde</i>	Crudités ( <b>tomates</b> , <b>concombres</b> ), vinaigrette Burger de boeuf Frites / Pommes de terre en chemise  <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde, /arachides</i>	 <b>Chou-fleur</b> Dhal de lentilles Corail ( <b>carottes, tomates</b> , lait de coco) Riz <i>Céleri, moutarde</i>	 Pâtes complètes au saumon Sauce aux <b>brocolis</b>  <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i>
Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 16 septembre	mardi 17 septembre	jeudi 19 septembre	vendredi 20 septembre
Potage andalou ( <b>tomates, poivrons</b> ) <i>Céleri</i>	Potage lentilles Corail <i>Céleri</i>	Potage <b>chou-fleur</b> persil <i>Céleri</i>	Potage <b>courgettes</b> <i>Céleri</i>
Paëlla au poulet ( <b>haricots verts</b> , petits pois, <b>poivrons</b> )    <i>Œufs, céleri</i>	Dés de céleri-rave, sauce <b>tomate</b> au basilic Boulette de volaille Frites / Boulgour <i>Gluten (blé), œufs, céleri, /arachides</i>	 Pâtes aux légumes ( <b>carottes, tomates, courgettes</b> ) et légumineuses (lentilles)  <i>Gluten (blé), céleri</i>	 <b>Crudités</b> , vinaigrette Filet de Colin Pommes de terre nature  <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>
Pastèque	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fromage <i>Lait</i>	Fruit
lundi 23 septembre	mardi 24 septembre	jeudi 26 septembre	vendredi 27 septembre
Potage pois chiches <i>Céleri</i>	Potage <b>brocolis</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>potimarrons</b> <i>Céleri</i>	Congé
Carbonnade de boeuf aux <b>carottes</b> Semoule  <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri, moutarde</i>	Vol-au-vent aux champignons Frites / Riz  <i>Gluten (blé), céleri, lait, œufs, /arachides</i>	 Pâtes complètes à la Primavera Verde ( <b>courgettes, brocolis</b> , petits pois, <b>haricots verts</b> ) Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	
Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	
lundi 30 septembre	  		
Potage <b>céleri vert</b> <i>Céleri</i>			
<b>Brocoli</b> Omelette Purée nature  <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>			
Dessert lacté <i>Lait</i>			

 : 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**: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, 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](http://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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

