

# Menu de Octobre 2019

# Ecoles de Woluwe-Saint-Lambert



## La vie

- Des menus parfaitement équilibrés et sécurisés
- Du sel iodé utilisé avec parcimonie
- Un **plat végétarien (V)** toutes les semaines



## La Terre

- Des ingrédients issus de **l'agriculture responsable et raisonnée (\*)**

- Tous nos fruits, nos yaourts (framboises, vanille et fraises), ainsi que nos biscuits (crêpes, Twibio, gaufres vanille) sont certifiés **BIO** par Quality Partner BE-BIO-03

- Nous utilisons **des légumes de saison** (suivant le calendrier de Bruxelles environnement)

- Tous nos poissons sont issus de la pêche durable

- Nos bananes sont toutes Fairtrade, le fairtrade c'est respecter un prix juste pour le producteur

- Nous vous proposons régulièrement des produits **d'origine locale**



## Le goût



- Des menus avec des plats de tradition mais aussi de cultures différentes
- Des découvertes de légumes chaque mois



lundi 30 septembre 2019

mardi 1 octobre 2019

mercredi 2 octobre 2019

jeudi 3 octobre 2019

vendredi 4 octobre 2019

### Potage aux navets

Coquillettes (\*)  
Sauce carbonara de dinde

### aux champignons

Fromage râpé

Fruit frais BIO

Potage aux endives

Poisson (MSC) à l'Ostendaise

Potée aux carottes (\*)

Compotine BIO

### Potage Andalou

Chili Végé (soja) (V)

Riz aux légumes

(céleris-poireaux-carottes)

Fruit frais BIO

### Potage aux épinards

Filet de poulet

Fenouil tomates

Pommes natures

Raisins sec BIO

lundi 7 octobre 2019

mardi 8 octobre 2019

mercredi 9 octobre 2019

jeudi 10 octobre 2019

vendredi 11 octobre 2019

### Potage tomates

Rôti de porc

Poireaux (\*) béchamel

Pommes sautées

Fruit frais BIO

### Potage au céleris vert

Poisson grillé (MSC)

Sauce bisque aux petits légumes

Petits pois (\*)

Pommes natures

Yaourt fraises BIO

### Potage Parmentier

Carbonnade de boeuf Liégeoise

Potée au céleris rave

Fruit frais BIO

### Potage au cresson

Vol au vent végétarien (V)

Champignons

Frites/Pommes natures

Crème vanille BIO

### Potage au panais

Pennes (\*)

Milanaise de boeuf

Fromage râpé

Fruit frais

lundi 14 octobre 2019

mardi 15 octobre 2019

mercredi 16 octobre 2019

jeudi 17 octobre 2019

vendredi 18 octobre 2019

### Potage au carottes

Boulettes de volaille

Sauce tomate

Pommes natures

Fromage blanc sucré

### Potage aux épinards

Escalopine de porc

Jus moutardé

Potée aux carottes (\*)

Fruit frais BIO

### Potage au céleris rave

Coquillettes (\*)

Sauce Napolitaine (dinde)

Petits légumes(céleris-carottes-poireaux)

Fromage râpé

Yaourt vanille BIO

### Potage Andalou

Couscous aux légumes

et pois chiches (V)(\*)

Semoule (\*)

Fruit frais BIO

Potage aux endives

Fish-sticks (MSC)

Sauce tartare

Radis et salade de saison

Purée

Biscuit BIO

lundi 21 octobre 2019

mardi 22 octobre 2019

mercredi 23 octobre 2019

jeudi 24 octobre 2019

vendredi 25 octobre 2019

### Potage tomates

Omelette (\*)

Potée aux poireaux (\*)

Fruit frais BIO

### Potage choux-fleur

Cassolette de poissons (MSC)

Haricots verts (\*)

Pommes natures

Yaourt framboise BIO

### Potage Parmentier

Steak haché pur boeuf

Compote de pommes (\*)

Pommes natures

Fruit frais BIO

### Potage au cresson

Boulettes végétariennes (V)

Coulis de tomates

Boughour (\*) aux légumes

Mousse chocolat

### Menu Halloween

Potion de la sorcière

Pavé de Volaille sauce du diable

Petits vers (\*)

Fruit frais

lundi 28 octobre 2019

mardi 29 octobre 2019

mercredi 30 octobre 2019

jeudi 31 octobre 2019

vendredi 1 novembre 2019

Congés

Congés

Congés

Congés

Jour  
Férié

