



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

TCO Service a besoin de ton avis !

Salut!

Donne nous ton avis sur les menus préparés par TCO Service pour la cantine de ton école.

Si ton nom est tiré au sort, tu gagneras un assortiment de délicieux biscuits bio et locaux **de la biscuiterie namuroise, miam !**

Renvoie-nous tes réponses **avant le 31 mars** en scannant le QR Code ou en nous envoyant un mail à concours@tcoservice.com



Attention, n'oublie pas d'indiquer ton nom, ton prénom et le nom de ton école.













Quel est ton repas préféré dans les menus de TCO Service ?




Quel est le repas que tu aimes le moins ?

As-tu une suggestion de repas à nous faire ?

MENU MARS 2025



lundi 10		mardi 11		jeudi 13		vendredi 14	
Potage oignons BIO <i>Céleri</i>		Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>		Potage carottes BIO <i>Céleri</i>		Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	
Petits pois à la française Omelette, sauce légère tomatée Boulghour <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>		 Potée aux carottes Filet de lieu noir <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>		 Pâtes complètes Sauce ricotta et épinards <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>		 Choucroute Saucisse de Francfort Purée <i>Lait, céleri, moutarde</i> 	
lundi 17		mardi 18		jeudi 20		vendredi 21	
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>		Potage navets BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage cresson BIO <i>Céleri</i>	
Poireaux à la crème Filet de poulet Pommes de terre <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>		 Crudités , vinaigrette Filet de colin Purée nature <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>		 Couscous de légumes du chef (carottes, chou-fleur, courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>		Pâtes, sauce bolognaise (de bœuf) (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri</i>	
lundi 24		mardi 25		jeudi 27		vendredi 28	
Potage épinards BIO <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>		Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>		Potage champignons BIO <i>Céleri</i>	
Chou-fleur Filet de poulet, sauce curry Riz <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i> 		 Filet de Cabillaud, sauce créole (tomates, courgettes) Purée de patates douces <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>		 Pâtes E FAGIOLI (tomates, carottes, haricots blancs, céleri) <i>Gluten (blé), céleri</i>		Epinards à la crème Burger de bœuf Pommes de terre <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	
lundi 31							
Potage céleri-vert BIO <i>Céleri</i>							
Bœuf façon Stroganoff (tomates, champignons) Pommes de terre <i>Lait, céleri, moutarde</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: les potages sont 100% BIO.

100 % BIO: boulghour, 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).

75% local: 75% 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.