

# MENU NOVEMBRE 2018

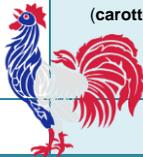
## INSTITUT DE LA PROVIDENCE

### JODOIGNE



### Congé d'automne



Lundi 05	Mardi 06	Jeudi 08	Vendredi 09
Potage <b>Carottes cumin</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates persil</b> <i>Céleri</i>	Potage cresson <i>Céleri</i>	<b>Voyage en France</b> <i>Céleri</i>
Noix de poulet Sauce tomate et courgettes  Boullgour <i>Gluten, moutarde, lait, soja, céleri</i>	 Filet de cabillaud aux fines herbes  <b>Brocolis</b> au beurre  Pommes persillées <i>Poisson, soja, lait, gluten, céleri</i>	Pâtes Bolognaise de bœuf  Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Potage St Germain Blanquette de veau à l'ancienne (carottes et champignons de Paris)  Pommes persillées <i>Céleri, gluten, lait,</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b> 	Emmental <i>Lait</i>
Lundi 12	Mardi 13	Jeudi 15	Vendredi 16
Potage pois chiches <i>Céleri</i>	Potage <b>potiron</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>poireaux</b> <i>Céleri</i>
Hamburger de bœuf <b>Chou vert</b> à la crème Riz <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Filet de lieu noir au coulis de tomates Purée au <b>fenouil</b> <i>Poisson, soja, lait, gluten, céleri</i>	Pâtes Courgettes tomates lardinettes de dinde <i>Gluten, céleri, lait</i>	 Saucisse <b>Compote de pommes</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait</i>
Crème vanille <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 19	Mardi 20	Jeudi 22	Vendredi 23
Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage chou-fleur <i>Céleri</i>	<b>Thanksgiving</b> <i>Céleri</i>
 Boulettes Coulis de tomates et petits pois Quinoa <i>Gluten, céleri</i>	 Pâtes Filet de saumon <b>Epinards</b> à la crème <i>Gluten, poisson, céleri, lait</i>	 Couscous de légumes d'hiver (potiron, navets, ...) <i>Céleri, gluten</i>	 Potage <b>potiron</b> Rôti de dinde sauce aux aïrelles Purée au <b>céleri rave</b> <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque, céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>	Brownie <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>
Lundi 26	Mardi 27	Jeudi 29	Vendredi 30
Potage <b>panais</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>oignons</b> <i>Céleri</i>	Bouillon de légumes <i>Céleri</i>
Cuissot de poulet Ratatouille (tomates, courgettes, aubergines) Orge <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de colin Crudités de saison Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, céleri, lait, œufs, moutarde</i>	 Pâtes Légumes et légumineuses ( <b>carottes</b> , lentilles, tomate, ...) Fromage râpé <i>Gluten, lait, céleri</i>	 Chipolata <b>Chou rouge</b> aux pommes Pommes nature <i>Gluten, céleri,</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Crème chocolat <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** boullgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires\*, pommes\*, tomates pelées, huile d'olive.  
Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01)

\* Nos pommes et poires sont garanties d'origine belge de septembre à juin

Les ingrédients indiqués en **gras** sont des ingrédients de saison selon le calendrier des fruits et légumes de saison de l'IBGE

-  : Plat contenant de la viande de porc
-  : Poisson MSC (issu de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki/Merlu, Lieu noir, Saumon
-  : Plat végétarien

Facebook **TCO SERVICE**



**ALLERGIES** : Pour toutes questions sur les allergènes présents dans nos repas ; contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.