






# MENU SEPTEMBRE 2019

## INSTITUT DE LA PROVIDENCE

### JODOIGNE




Lundi 02	Mardi 03	Jeudi 05	Vendredi 06
Potage <b>céleri</b> <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage <b>potiron</b> coriandre <i>Céleri</i>	Potage <b>fenouil</b> <i>Céleri</i>
Raviolis Sauce <b>tomate</b> et basilic Fromage râpé <i>Gluten, lait, œufs, céleri</i>	 Waterzooi de poisson Julienne de légumes (poireaux, céleri,...) Riz <i>Gluten, céleri, lait, poisson, soja</i>	 Couscous de légumes (carottes, courgettes,...) du chef <i>Gluten, céleri</i>	Cuissot de volaille à l'estragon <b>Haricots princesse</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri</i>
Compote	<b>Fruit de saison</b>	Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>	Yaourt <i>Lait</i>
Lundi 09	Mardi 10	Jeudi 12	Vendredi 13
Potage <b>panais</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>céleri rave</b> <i>Céleri</i>	Bouillon de légumes <i>Céleri</i>	<i>Souvenirs de Grèce</i> 
 Goulash de porc aux petits légumes à la provençale (tomates, poivrons,...) Quinoa <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de Hoki Flan aux brocolis Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait, poisson, soja, œufs</i>	 Pâtes Primavera verde (courgettes, haricots, ...) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	Potage Andalou <i>Céleri</i> Pain et viande pita Salade grecque (tomates, concombres,...) Sauce yaourt à la menthe <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Biscuit <i>Gluten, œufs, lait, fruits à coque</i>	 <b>Melon</b>
Lundi 16	Mardi 17	Jeudi 19	Vendredi 20
Potage <b>tomates</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>chou-fleur</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>navets</b> <i>Céleri</i>	Potage St Germain <i>Céleri</i>
Vol au vent de volaille <b>Champignons</b> Riz persillé <i>Gluten, lait, céleri</i>	 Pâtes Saumon Epinards <i>Gluten, poisson, céleri, soja, lait</i>	Omelette <b>Poireaux</b> à la crème Boulgour <i>Gluten, lait, céleri, œufs</i>	Grillburger de bœuf Salade de <b>betteraves rouges</b> Pommes nature <i>Gluten, œufs, moutarde, céleri, lait, soja</i>
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	Mousse au chocolat <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>
Lundi 23	Mardi 24	Jeudi 26	Vendredi 27
Potage <b>cerfeuil</b> <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> <i>Céleri</i>	<i>Voyage en Italie</i> 	<b>Fête de la Communauté française</b>
 Boulettes Sauce <b>tomate</b> et <b>petits pois</b> Riz <i>Gluten, céleri, soja, lait</i>	 Filet de Colin <b>Crudités de saison</b> Dressing du chef Purée nature <i>Poisson, soja, lait, céleri, œufs, moutarde</i>	Potage <b>concombres</b> <i>Céleri</i> Pâtes E Fagioli (haricots à l'italienne) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait</i>	
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>	 <b>Pastèque</b>	
Lundi 30			
Potage <b>carottes</b> <i>Céleri</i>			
Saucisse de volaille Compote de <b>pommes</b> Pommes nature <i>Gluten, céleri, moutarde</i>			
Yaourt <i>Lait</i>			

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** 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, yaourt, 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 Bruxelles Environnement

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

Suivez-nous sur  Facebook **TCO SERVICE**

**CERTISYS**  
BIO CERTIFICATION



**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.