

MENU MARS 2020 INSTITUT DE LA PROVIDENCE

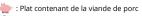
IODOIGNE

UISINES COLLECTIVES RESPONSABLES	IODO	IGNE	
Lundi 02	Mardi 03	Jeudi 05	Vendredi 06
Potage potiron coriandre	Potage carottes Céleri	Bouillon de légumes ^{Céleri}	Potage oignons Céleri
Emincé de poulet	Filet de Cabillaud	√ Pâtes	Boulettes
Haricots	Sauce aux olives	aux légumes et	Sauce tomate
à l'italienne	Purée	légumineuses	aux petits légumes
Boulgour	aux poireaux	(carottes, tomates)	Pommes nature
<i>Gluten, céleri</i> Compotine	Poisson, céleri, soja, gluten, lait Yaourt	Gluten, céleri, lait Fruit de saison	Gluten, lait, céleri, soja, œufs Chocolat
Lundi 09	<i>Lait</i> Mardi 10	Jeudi 12	Lait, soia, fruits à coaue Vendredi 13
Potage tomates persil	Les Antilles	Potage vert pré	Potage céleri
Céleri	Potage lentilles corail	<u>Céleri</u>	Céleri
Carbonnade	Céleri	Couscous	Saucisse de volaille
de bœuf	Colombo de poisson	de légumes	Crudités de saison
Carottes	(courgettes, tomates, lait de coco,)	du chef	Dressing du chef
Pommes nature Gluten, céleri, moutarde	Riz au curcuma Poisson, soia, lait, gluten, céleri	(carottes , oignons,) Gluten. céleri	Purée nature Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde
Yaourt	Fruit de saison	Emmental	Fruit de saison
Lait Lundi 16	Mardi 17	Jeudi 19	Vendredi 20
Potage Julienne ^{Céleri}	Potage carottes Céleri	Potage cresson ^{Céleri}	Potage panais Céleri
Sauté de porc	Filet de Hoki	√ Dhal	Hamburger de bœuf
à la moutarde douce	Crudités de saison	de lentilles corail	Sauce du chef
Courgettes	Dressing du chef	aux carottes et coriandre	Petits pois
Quinoa	Purée nature	Riz	Pommes nature
Gluten, céleri, lait, moutarde Yaourt	Poisson, soja, œufs, moutarde, céleri, lait, gluten Fruit de saison	<u>Céleri</u> Mousse au chocolat	Gluten, céleri, moutarde, lait Fruit de saison
Lait		Lait	
Lundi 23 Potage Andalou	Mardi 24 Potage potimarron	Jeudi 26 Potage céleri rave	Vendredi 27
Céleri	Céleri	Céleri	Ma cabane au Canada
Salade liégoise	Filet de Colin	Pâtes	Potage aux pois cassés
Haricots verts	Sauce au curry	Bolognaise de bœuf	Dés de poulet au sirop
Lardons	Epinards au beurre	(carottes, tomates,,)	d'érable, légumes d'hiver
et pommes de terre	Riz	Fromage râpé	et pommes nature
<u>Céleri, moutarde, œufs</u> Yaourt	Poisson, œufs, lait, soja, céleri, gluten Fruit de saison	Gluten, céleri, lait, soja, œufs Fruit de saison	Gluten, céleri, moutarde, lait Biscuit du Castor
Lait	Mardi 31		Gluten, œufs, lait, fruits à coque
Lundi 30 Potage brocolis			
Céleri	Potage cresson Céleri		
Cuissot de volaille	Waterzooi de poisson		
Panais	Julienne de légumes		
à la provençale	(céleri, poireaux, haricots,)		22
Orge	Riz		
<u>Céleri, gluten</u> Yaourt	Gluten, céleri, lait, poisson, soja Fruit de saison		
Lait	The state of the s		Conduction of the Conduction o

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: boulgour, 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, yaourt, huile d'olive.

Certifié par <u>www.certisys.eu</u> (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



: Poisson MSC (issu de la pêche durable) : Cabillaud, Colin, Fish sticks, Hoki, Lieu noir, Saumon

! Plat végétarien



