




Lundi 08		Mardi 09		Mercredi 10		Jeudi 11		Vendredi 12	
Potage Julienne <i>Céleri</i>		Potage Andalou <i>Céleri</i>		Potage Parmentier <i>Céleri</i>		Potage courgettes <i>Céleri</i>		 <b>Le grand froid</b>	
Cuisson de volaille <b>Navets</b> et sauce tomate Quinoa <i>Gluten, céleri</i>		 <b>Filet de Hoki</b> <b>Poireaux</b> à la crème Pommes persillées <i>Poisson, soja, céleri, lait, gluten</i>		Rosbif Crudités de saison Dressing du chef Pommes nature <i>Gluten, lait, céleri, œufs, moutarde</i>		Pâtes Al'Arrabiata Fromage râpé <i>Gluten, lait, céleri</i>		Potage d'hiver Choucroute garnie Purée nature <i>Céleri, lait, gluten, moutarde, soja</i> 	
Compotine		Crème vanille <i>Lait</i>		Fruit de saison		Fruit de saison		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	
Lundi 15		Mardi 16		Mercredi 17		Jeudi 18		Vendredi 19	
Potage <b>potimaron</b> <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail <i>Céleri</i>		Potage brocolis <i>Céleri</i>		Potage tomate <i>Céleri</i>		Potage <b>panais</b> <i>Céleri</i>	
Saucisse de volaille Compote de <b>pommes</b> Frites / pommes persillées <i>Gluten, céleri, arachides</i>		 Pâtes Filet de saumon Epinards à la crème <i>Gluten, poisson, lait, soja, céleri</i>		 Rôti de porc <b>Chicons</b> au miel Pommes nature <i>Gluten, céleri, lait, soja</i>		<b>Champignons</b> à l'échalote et huile d'olive Quinoa au persil Salade d'hiver aux dés de feta <i>céleri, lait, œufs, moutarde</i>		Blanc de poulet Sauce à l'orange Purée <b>aux carottes</b> <i>Gluten, lait, céleri</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Fruit de saison		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		Fruit de saison	
Lundi 22		Mardi 23		Mercredi 24		Jeudi 25		Vendredi 26	
Potage épinards <i>Céleri</i>		Potage St Germain <i>Céleri</i>		Potage pois chiches <i>Céleri</i>		Potage <b>poireaux</b> <i>Céleri</i>		 <b>Nouvel an chinois</b> <i>Céleri, gluten</i>	
 Pain de viande <b>Chou rouge</b> aux pommes Pommes persillées <i>Gluten, céleri</i>		 Filet de Lieu noir Sauce au citron Salade de saison Pommes nature <i>Poisson, soja, céleri, œufs, moutarde</i>		Hamburger de bœuf Purée de <b>betteraves rouges</b> <i>Gluten, céleri, lait</i>		Tajine de légumes aux boulettes végétariennes <i>Gluten, céleri, soja, œufs, moutarde</i>		Bouillon aux cheveux d'ange Emincé de volaille à l'asiatique Riz <i>Céleri, soja, gluten</i> 	
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Fruit de saison		Liégeois <i>Lait</i>		Fruit de saison	
Lundi 29		Mardi 30		Mercredi 31					
Potage lentilles et légumes verts <i>Céleri</i>		Potage <b>carottes</b> cumin <i>Céleri</i>		Potage au cerfeuil					
Navarin d'agneau aux légumes racines ( <b>navets, carottes, panais</b> ) Frites / Orge <i>Gluten, céleri, arachides</i>		 Filet de Colin au curry Purée de <b>céleri rave</b> <i>Poisson, céleri, soja, lait, gluten</i>		Cordon bleu Chou blanc à la crème Pommes persillées <i>Gluten, céleri, lait</i>					
Yaourt <i>Lait</i>		Fruit de saison		Fruit de saison					

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, millet, pâtes, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires\*, pommes\*, tomates pelées.

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

Suivez-nous sur  
 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.