



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

C'EST LE DERNIER DOS DE MENU  
DE CETTE ANNÉE SCOLAIRE.

NOUS VOUS RETROUVERONS  
AVEC JOIE À LA RENTRÉE  
DU MOIS D'AOÛT !



# TCO Service vous dit «Merci !»

Vous avez été nombreux.ses à nous donner  
votre avis sur les repas !

Les gagnant.es tiré.es au sort s'appellent **Mayan, Ilyanna et Maëlle**.  
Ils recevront un assortiment de délicieux biscuits offerts par  
la cookiserie « Le Petit Namurois ».

## Vos menus préférés

**En tête : Les pâtes  
bolognaise et carbonara**

Vous appréciez aussi le filet  
de cabillaud sauce créole, la  
saucisse, le poulet et même,  
le chou rouge !

Vous souhaiteriez de la pizza, des lasagnes ou du hachis Parmentier.  
Ce sont des plats que nous vous laissons manger en famille.

## Vous avez moins aimé

Le couscous végétarien, certains  
plats de poisson, les navets, les  
champignons et les poireaux à la  
crème.

## Quelques-unes de vos envies

Boulettes sauces tomates, purée  
et haricots verts/ Pâtes jambon,  
fromage, brocoli/pâtes au haché  
de poulet et dés de courgettes/  
Hamburger

## TCO Service participe à la semaine bio.

Le jeudi 12 juin, au menu, «orzo à la méditerranéenne» 100% bio !

Plus d'info : <https://biomonchoix.be/agenda/la-semaine-bio-2025>

| lundi 02  | mardi 03   | jeudi 05  | vendredi 06   |  |
|---|--|---|---|--|
| Potage <b>courgettes</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>carottes</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage lentilles corail BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>cerfeuil</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |  |
| Riz pilaf façon nasi-goreng<br>( <b>carottes</b> , chou chinois, oignons)<br>Emincé de volaille<br><br><i>Gluten (blé), soja, céleri</i>  |  <b>Crudités</b> , vinaigrette<br>Filet de Merlu<br>Purée nature<br><br><i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>               |  Pâtes (complètes)<br>E FAGIOLI<br>(tomates, <b>carottes</b> ,<br>haricots blancs, céleri)<br><br><i>Gluten (blé), céleri</i>                    |  Compote de pommes<br>Saucisse de campagne<br>Pommes de terre persillées<br><br><i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>  |  |
| Fruit   | Biscuit<br><i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>  | Dessert lacté<br><i>Lait</i>  | Fruit   |  |
| lundi 09  | mardi 10   | jeudi 12  | vendredi 13   |  |
| <i>Congé</i>  | Potage <b>carottes</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage céleri vert BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>champignons</b> BIO<br><i>Céleri</i>  |  |
|   | Potée<br>aux <b>bettes</b><br>Omelette, sauce légère<br>tomatée<br><br><i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>   |  Orzo (pâtes grecques)<br>à la méditerranéenne BIO<br>(tomates, <b>courgettes</b> ,<br>fromage)<br><br><i>Gluten (blé), lait, céleri</i>         | <b>Chou chinois</b><br>Dés de poulet,<br>sauce curry au lait de coco<br>Riz<br><br><i>Gluten (blé), œufs, céleri, moutarde</i>  |  |
|   | <b>TCO Service participe à la semaine BIO (<a href="https://biomonchoix.be/semainebio">https://biomonchoix.be/semainebio</a>)</b>  |   |   |  |
|   | Fruit  | Biscuit BIO<br><i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>   | Fruit   |  |
| lundi 16  | mardi 17   | jeudi 19  | vendredi 20   |  |
| Potage <b>St-Germain</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>navets</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>cerfeuil</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>carottes</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |  |
|  <b>Carottes</b> persillées<br>Boulette<br>sauce tomate<br>Orge<br><br><i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri</i> |  <b>Epinars</b> à la crème<br>Filet de Colin<br>Riz<br><br><i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>  |  Pâtes, sauce<br>bolognaise sin carne<br>(tomates, <b>carottes</b> , pois/soja)<br>Fromage râpé<br><br><i>Gluten (blé), soja, lait, céleri</i> | <b>Crudités</b> , vinaigrette<br>Filet de poulet, sauce barbecue<br>Pommes de terre en chemise<br><br><i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>   |  |
| Fruit   | Biscuit<br><i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>  | Dessert lacté<br><i>Lait</i>  | Fruit   |  |
| lundi 23  | mardi 24   | jeudi 26  | vendredi 27   |  |
| Potage <b>brocolis</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage <b>courgettes</b> BIO<br><i>Céleri</i>  | Potage <b>épinards</b> BIO<br><i>Céleri</i>   | Potage cultivateur BIO<br><i>Céleri</i>   |  |
|  Ratatouille (tomates,<br>oignons, <b>courgettes</b> )<br>Springue de porc<br>Quinoa<br><br><i>Céleri</i>                  |  Julienne de légumes<br>(poireaux, céleri, <b>carottes</b> )<br>Waterzooi de poissons<br>Riz<br><br><i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i> |  <b>Petits pois</b><br>Penne à la parisienne<br>(béchamel de <b>carottes</b> ,<br>mozzarella)<br><br><i>Gluten (blé), lait, céleri</i>         |  <b>Hamburger</b><br>Pistolet/sandwich - <b>crudités</b><br>- mayonnaise aux herbes<br>- burger de bœuf<br><br><i>Gluten (blé, seigle), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sésame</i> |  |
| Fruit   | Biscuit<br><i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>  | Dessert lacté<br><i>Lait</i>  | Méli-mélo de desserts<br><i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>   |  |
| lundi 30  |    |   |   |  |
| Potage <b>carottes</b> BIO<br><i>Céleri</i>   |  |   |   |  |
| <b>Haricots verts</b> , échalotes<br>Filet de poulet<br>Orge<br><br><i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>   |  |   |   |  |
| Compotine   |  |   |   |  |

 : Plat végétarien

 : Poisson labellisé 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**: 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, 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](http://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](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

