



# Menu des écoles de septembre 2022



lundi 29 août	mardi 30 août	jeudi 01 septembre	vendredi 02 septembre
<p><u>Potage courgettes</u> Filet de poulet sauce estragon <u>Carottes Vichy</u> <b>Pommes de terre vapeur</b> <u>Pomme</u></p>	<p><u>Potage brocolis</u> Lasagne <u>épinards</u> &amp; ricotta Fruit</p>	<p><u>Potage poivrons</u> Boulette végé sauce liégeoise <u>Laitue vinaigrette</u> Frites <u>Prune</u></p>	<p><u>Potage haricots beurre</u> <u>Filet de cabillaud MSC</u> sauce du chef <u>Salade de tomates</u> <b>Purée maison</b> Crème caramel</p>
lundi 05 septembre	mardi 06 septembre	jeudi 08 septembre	vendredi 09 septembre
<p>Minestrone (<u>carotte, haricot, tomate, courgette, chou-fleur, céleri, poireau, navet</u>) Jambon grillé (filet de poulet) sauce miel  <b>Salade de pdt</b> <u>et haricots verts</u> <u>Petit beurre Bio</u></p>	<p><u>Potage champignons</u> Cordon bleu de volaille Ratatouille niçoise maison (<u>Tomates, courgette, aubergine, oignons, poivrons verts Bio</u>) Coquillettes <u>Poire</u></p>	<p><u>Potage cerfeuil</u> Couscous végétarien - Falafels Légumes couscous (<u>Pois chiches Bio, carottes, navets, potiron, courgettes</u>) Semoule &amp; bouillon Liégeois vanille</p>	<p><u>Potage céleri-rave</u> <u>Gratin de la mer MSC</u> (colin, cabillaud, saumon) &amp; sa <u>julienne de légumes</u> (carottes-poireaux-céleri) <b>Pommes de terre ciboulette</b> <u>Prune</u></p>
lundi 12 septembre	mardi 13 septembre	jeudi 15 septembre	vendredi 16 septembre
<p><u>Potage chou-fleur</u> Gyros de bœuf <u>aux poivrons &amp; maïs bio</u> <b>Country potatoes maison</b> Crème chocolat</p>	<p><b><u>Potage légumes frais locaux</u></b> Pâtes carbonara Lardinettes de quorn &amp; champignons <u>Pomme</u></p>	<p><b>MENU FAR WEST</b> <u>Potage tomate</u> Pain hamburger de bœuf Salade - Frites, mayo/ketchup Pop corn</p>	<p><u>Potage cerfeuil</u> <u>Poisson meunière MSC</u> Poêlée de <u>courgettes</u> <u>Boulgour Bio</u> Yaourt aux fruits</p>
lundi 19 septembre	mardi 20 septembre	jeudi 22 septembre	vendredi 23 septembre
<b>Semaine européenne du développement durable</b>			
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Vol-au-vent <u>aux champignons</u> Riz <u>Poire locale</u></p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Omelette <u>Haricots beurre</u> Pommes de terre au <b>beurre</b> persillé <u>Pomme locale</u></p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Chipolata de volaille Bio jus de volaille Compote de pommes <u>Pommes de terre</u> <b>Crème vanille locale</b></p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> <u>Filet de saumon MSC</u> sauce citron <u>Épinards</u> à la crème <b>Purée maison</b> <u>Banane Bio</u></p>
lundi 26 septembre	mardi 27 septembre	jeudi 29 septembre	vendredi 30 septembre
<b>Semaine européenne du développement durable</b>			
<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Steak haché de veau Bio jus de veau <b>Rata de pommes de terre</b> <u>aux carottes</u> <b>Fromage belge</b></p>		<p><u>Potage légumes frais locaux</u> Penne complètes Bio bolognaise végé (sauce tomate &amp; lentilles Bio) Fromage râpé <u>Yaourt entier nature Bio + sucre</u></p>	<p><u>Potage légumes frais locaux</u> <u>Filet de lieu sauce</u> fines herbes <u>Laitue vinaigrette</u> <u>Pommes de terre vapeur</u> <u>Kiwi Bio</u></p>
<p>Produits circuit court/locaux "en gras" QA: Qualité Ardennes en circuit court</p>	<p> Viande de porc <b>Menu végétarien</b></p>	<p><u>Poisson issu de la pêche durable</u> Aliments issus d'une agriculture responsable &amp; raisonnée</p>	<p>Menu plaisir des enfants <b>Menu à thème</b></p>

Menu validé par la diététicienne selon les exigences nutritionnelles en vigueur (069/33.24.39 ou fanny.delbar@tournai.be)  
La composition de nos menus peut varier d'un jour à l'autre. Pour toute information concernant les allergènes présents dans nos menus, veuillez vous adresser au 0489/74.24.76 (API Restauration)