

# Menu de novembre 2020

# Ecoles de Rebecq



lundi 2 novembre 2020    mardi 3 novembre 2020    mercredi 4 novembre 2020    jeudi 5 novembre 2020    vendredi 6 novembre 2020

*Vacances de Toussaint*

lundi 9 novembre 2020    mardi 10 novembre 2020    mercredi 11 novembre 2020    jeudi 12 novembre 2020    vendredi 13 novembre 2020

<p><b>Omelette (*) (V) 2, 5</b> Sauce tomate <b>fenouil</b> <b>Petits pois (*)</b> Pommes nature <b>Fruit frais BIO</b></p>	<p><b>Coquillettes (*) 1</b> Sauce carbonara de dinde <b>2, 8</b> aux <b>champignons</b> Fromage râpé <b>2</b> Riz au lait</p>	<p><b>Chili végétarien (V) 8, 10</b> Riz aux légumes <b>8, 10</b>  <b>Biscuit BIO</b></p>	<p>Fish-sticks (MSC) <b>1, 6</b> Sauce Tartare <b>5, 11</b> Radis et sa salade de saison <b>5, 11</b> Pommes de terre nature <b>Fruit frais BIO</b></p>
---	--	---	---

lundi 16 novembre 2020    mardi 17 novembre 2020    mercredi 18 novembre 2020    jeudi 19 novembre 2020    vendredi 20 novembre 2020

<p>Filet de poulet <b>2</b> Coulis de <b>brocolis 2, 8, 10</b> <b>Boulghour (*)</b> aux légumes <b>1, 10</b>  Fromage blanc aux fruits</p>	<p><b>Cheesburger 1, 2, 5</b> (bœuf/volaille) Compote Zanzibar <b>Pommes rissolées (*)</b> <b>Raisins secs BIO</b></p>	<p><b>Pennes (*) 1</b> <b>Sauce bolognaise végétarienne (soja) (V) 8, 10</b>  <b>Fruit frais BIO</b></p>	<p>Poisson meunière (MSC) <b>1, 6</b>  Potée aux <b>carottes 2</b>  <b>Fruit frais BIO</b></p>
--	--	--	--

lundi 23 novembre 2020    mardi 24 novembre 2020    mercredi 25 novembre 2020    jeudi 26 novembre 2020    vendredi 27 novembre 2020

<p><b>Coquillettes (*) 1</b> Sauce milanaise de bœuf <b>1, 2, 5, 8, 10</b> Fromage râpé <b>2</b>  <b>Fruit frais BIO</b></p>	<p>Sauté de porc <b>2</b> Bouquetière de légumes (<b>carottes</b> parisiennes, petits pois, haricots beurre) Pommes nature <b>Yaourt fraises BIO</b></p>	<p><b>Paëlla végétarienne (V) 8, 10</b>   <b>Fruit frais BIO</b></p>	<p>Cassolette de poisson (MSC) Radis et sa salade de saison <b>5, 11</b> Purée de pomme de terre <b>2, 8</b>  Pudding vanille</p>
--	--	--	---

lundi 30 novembre 2020    mardi 1 décembre 2020    mercredi 2 décembre 2020    jeudi 3 décembre 2020    vendredi 4 décembre 2020

<p>Burger de bœuf <b>Chou rouge</b> aux <b>pommes</b> <b>Pommes rissolées (*)</b>  Pudding chocolat</p>	<p>Filet de poisson blanc grillé (MSC) <b>6</b> <b>Poireaux (*)</b> à la crème <b>2</b> Pommes de terre  <b>Fruit frais BIO</b></p>	<p><b>Couscous aux légumes</b> (<b>carottes, courgettes, navets, céleri, poivrons verts et rouges</b>) <b>et pois chiches (V) (*) 1, 10</b> <b>Semoule de blé (*) 1, 10</b>  <b>Fruit frais BIO</b></p>	<p><b>Pennes (*) 1</b> Sauce Napolitaine <b>2</b> jambon de dinde &amp; légumes Fromage râpé <b>2</b>  <b>Yaourt framboises BIO</b></p>
---	---	---	---

- |               |              |                      |
|---------------|--------------|----------------------|
| 1. Gluten     | 5. Œufs      | 9. Fruits a coque    |
| 2. Lait       | 6. Poisson   | 10. Celeri           |
| 3. Crustacés  | 7. Arachides | 11. Moutarde         |
| 4. Mollusques | 8. Soja      | 12. Graine de sésame |

13. Sulfites  
14. Lupin



**La vie**

- Des menus parfaitement équilibrés et sécurisés
- Du sel iodé utilisé avec parcimonie
- Un **plat végétarien (V)** toutes les semaines

**La Terre**

- Des ingrédients issus de **l'agriculture responsable et raisonnée (\*)**
- Tous nos fruits, nos yaourts (framboises, vanille et fraises), ainsi que nos biscuits (crêpes, Twibio, gaufres vanille) sont certifiés **BIO** par Quality Partner BE-BIO-03
- Nous utilisons **des légumes de saison** (suivant le calendrier de Bruxelles environnement)
- Tous nos poissons sont issus de la pêche durable
- Nos bananes sont toutes Fairtrade, le fairtrade c'est respecter un prix juste pour le producteur
- Nous vous proposons régulièrement des produits **d'origine locale**

**Le goût**

- Des menus avec des plats de tradition mais aussi de cultures différentes
- Des découvertes de légumes chaque mois

*Nous tenons à vous informer que nos préparations peuvent contenir des traces d'autres allergènes que ceux communiqués car nos repas sont préparés en cuisine de collectivité. La composition de nos préparations peut également varier.*



