

# MENUS OCTOBRE 2016



LES TUNIKES BLEUES.

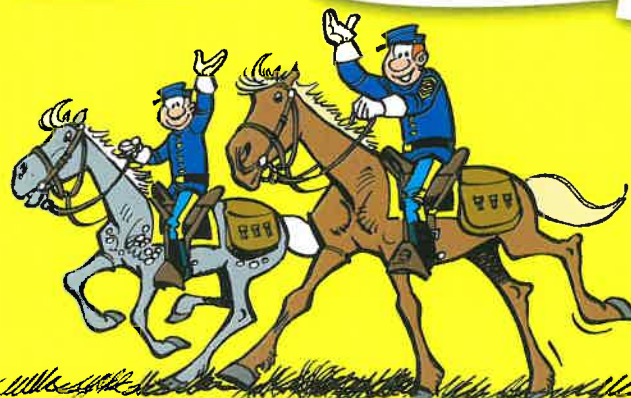


Nouvel album

## Bon appétit !

LES CUISINES BRUXELLOISES  
DE BRUSSELE KEUKENS

Des modifications peuvent intervenir dans les menus proposés.  
Nous restons attentifs à vos remarques et suggestions.  
Rue Arthur Maes 129 • 1130 Bruxelles • Tél. 02/545.13.87  
www.lescuisinesbruxelloises.be



<b>LUNDI 03.10.16</b> Potage Cresson <sup>1</sup> ↓ Veau Marengo Riz <sup>7</sup> ↓ Fruit de saison de culture intégrée	<b>MARDI 04.10.16</b> Potage Carotte <sup>1</sup> ↓ Donuts de poulet Sauce volaille <sup>1,7,10</sup> Haricots princesses aux échalotes Purée <sup>10</sup> ↓ Produit laitier <sup>10,14</sup>	<b>MERCREDI 05.10.16</b> Potage Poivron <sup>1</sup> ↓ Burger d'agneau <sup>8</sup> Sauce au thym <sup>1,7</sup> Chou-fleur <sup>1</sup> Pommes nature ↓ Fruit de saison	<b>JEUDI 06.10.16</b> <b>MENU VEGETARIEN</b> Potage Navet <sup>1</sup> ↓ Waterzooi végétarien au quorn et petits légumes <sup>1,7,8,10,14</sup> ↓ Cornettes <sup>7,14</sup> ↓ Produit laitier BIO <sup>10,14</sup>	<b>VENREDI 07.10.16</b> <b>MENU BIO</b> Potage Brocoli BIO <sup>1</sup> ↓ Filet de Hoki MSC <sup>4</sup> Sauce citron <sup>1,7,8,9,10,14</sup> Potée aux Carottes BIO <sup>7,10</sup> ↓ Fruit BIO <sup>10</sup>
<b>LUNDI 10.10.16</b> <b>SEMAINE DU COMMERCE ÉQUITABLE</b> Potage Cerfeuil <sup>1,11</sup> ↓ Carbonnade de bœuf au spéculoos Maya <sup>1,6,7,8,10,12,14</sup> Riz <sup>7</sup> ↓ Produit laitier BIO <sup>10</sup>	<b>MARDI 11.10.16</b> Potage Chicon <sup>1</sup> ↓ Blanc de poulet Sauce moutarde au miel toutes fleurs BIO ÉQUITABLE <sup>1,7,8,10,13,14</sup> Purée au potiron <sup>7,10</sup> ↓ Banane equitable	<b>MERCREDI 12.10.16</b> Potage Tomate <sup>1</sup> ↓ Boudin blanc <sup>7,10,14</sup> hamburger de bœuf <sup>8</sup> Sauce de viande <sup>1,7</sup> Brocolis <sup>8</sup> Pommes nature ↓ Produit laitier <sup>10</sup>	<b>JEUDI 13.10.16</b> <b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Potage Courgette <sup>1</sup> ↓ Escalope végétarienne panée <sup>1,5,6,7,8,10,14</sup> Provençale de légumes <sup>1</sup> Pâtes grecques <sup>7,14</sup> ↓ Fruit equitable	<b>VENREDI 14.10.16</b> <b>MENU BIO JOURNÉE MON- DIALE DE L'ALIMENTATION</b> Potage Vert Pré BIO <sup>1</sup> ↓ Filet de Colin MSC <sup>4</sup> Sauce Hollandaise <sup>7,8,10,14</sup> Epinards BIO <sup>9,10</sup> Purée BIO ↓ Biscuit ÉQUITABLE <sup>?</sup>
<b>LUNDI 17.10.16</b> Potage Champignon <sup>1</sup> ↓ Rôti de dinde Sauce volaille <sup>1,7,10</sup> Petits pois <sup>1,8,10</sup> Pommes de terre aux herbes <sup>8,10</sup> ↓ Produit laitier <sup>10</sup>	<b>MARDI 18.10.16</b> Potage Chou-fleur <sup>1</sup> ↓ Chipolata d'agneau <sup>8</sup> Légumes couscous <sup>1</sup> Semoule <sup>5,7</sup> ↓ Fruit de saison BIO	<b>MERCREDI 19.10.16</b> DANS LE CADRE DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES CUISINIERS PLAT BRUXELLOIS Potage Potiron <sup>1</sup> ↓ Sauté de porc Paupiette de volaille <sup>8</sup> Sauce de viande <sup>1,7</sup> Potée aux Choux <sup>8,10</sup> ↓ Produit laitier <sup>10</sup>	<b>JEUDI 20.10.16</b> <b>MENU VEGETARIEN</b> Potage Poireau* <sup>1</sup> ↓ Saucisse végétarienne Champignons à la crème <sup>1,7,2,10,14</sup> Riz <sup>7</sup> ↓ Fruit de saison	<b>VENREDI 21.10.16</b> <b>MENU BIO</b> Potage Carotte BIO <sup>1</sup> ↓ Filet d'Alaska Pollack <sup>4</sup> Sauce Aurore <sup>4,7,8,9,10,14</sup> Blancs de Poireaux étuvés BIO <sup>7,10</sup> ↓ Purée BIO <sup>10</sup> ↓ Produit laitier BIO <sup>10</sup>
<b>LUNDI 24.10.16</b> <b>JOURNÉE MONDIALE DES PÂTES</b> Minestrone <sup>1</sup> ↓ Spirelli <sup>7</sup> Sauce bolognaise pur bœuf <sup>8</sup> Fromage râpé <sup>10</sup> ↓ Produit laitier BIO <sup>10</sup>	<b>MARDI 25.10.16</b> Potage Brocoli <sup>1</sup> ↓ Filet de Lieu Noir MSC <sup>4</sup> Sauce au curcuma <sup>1,7,8,10,13</sup> Tian de légumes automnal (potiron, navets, panais) Riz <sup>7</sup> ↓ Fruit de saison	<b>MERCREDI 26.10.16</b> Potage Tomate <sup>1</sup> ↓ Steak Sauce Béarnaise <sup>7,8,10,14</sup> Fèves à couper <sup>1</sup> Croquettes <sup>10</sup> ↓ Produit laitier <sup>10</sup>	<b>JEUDI 27.10.16</b> <b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Potage Céleri-rave <sup>1</sup> ↓ Burger végétarien <sup>7,8,10,14</sup> Potée Cresson <sup>7,10</sup> ↓ Fruit de saison BIO	<b>VENREDI 28.10.16</b> <b>MENU BIO HALLOWEEN</b> Potage Courgette BIO <sup>1</sup> ↓ Filet de poulet <sup>7,8,10,14</sup> Carottes BIO au thym <sup>8,10</sup> Pommes nature BIO ↓ Dessert Halloween <sup>7</sup>

### LA LÉGENDE:

\*adapté avec et sans viande de porc MSC= pour une pêche durable

**Allergènes:** <sup>1</sup>Céleri / <sup>2</sup>mollusque / <sup>3</sup>crustacé / <sup>4</sup>poisson / <sup>5</sup>arachide / <sup>6</sup>fruits à coques / <sup>7</sup>céréales contenant du gluten / <sup>8</sup>soja / <sup>9</sup>sulfites / <sup>10</sup>lait et produits à base de lactose / <sup>11</sup>lupin / <sup>12</sup>sesame / <sup>13</sup>moutarde / <sup>14</sup>œuf

Etant donné la grande variété d'ingrédients que nous travaillons, nous ne pouvons pas garantir l'absence de contaminations croisées en matière d'allergènes.