













Lundi 08		Mardi 09		Jeudi 11		Vendredi 12	
Potage Julienne <i>Céleri</i>		Potage Andalou <i>Céleri</i>		Potage courgettes <i>Céleri</i>		<b>Le grand froid</b>	
Cuissot de volaille <b>Navets</b> et sauce tomate Quinoa <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de Hoki <b>Poireaux</b> à la crème Pommes persillées <i>Poisson, soja, céleri, lait, gluten</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>			<b>Fruit de saison</b>		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>	
Lundi 15		Mardi 16		Jeudi 18		Vendredi 19	
Potage <b>potimaron</b> <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail <i>Céleri</i>		Potage tomate <i>Céleri</i>		Potage <b>panais</b> <i>Céleri</i>	
Saucisse de volaille Compote de <b>pommes</b> Frites <i>Gluten, céleri, arachides</i>	 Pâtes Filet de saumon Epinards à la crème <i>Gluten, poisson, lait, soja, céleri</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 aux <b>carottes</b> <i>Gluten, lait, céleri</i>	
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>			Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		<b>Fruit de saison</b>	
Lundi 22		Mardi 23		Jeudi 25		Vendredi 26	
Potage épinards <i>Céleri</i>		Potage St Germain <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>			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>	<b>Fruit de saison</b>			Liégeois <i>Lait</i>		<b>Fruit de saison</b>	
Lundi 29		Mardi 30					
Potage lentilles et légumes verts <i>Céleri</i>		Potage <b>carottes</b> cumin <i>Céleri</i>					
Navarin d'agneau aux légumes racines ( <b>navets, carottes, panais</b> ) Frites <i>Gluten, céleri, arachides</i>	 Filet de Colin au curry Purée de <b>céleri rave</b> <i>Poisson, céleri, soja, lait, gluten</i>						
Yaourt <i>Lait</i>	<b>Fruit de saison</b>						

**Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** boulghour, 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.certisvs.eu](http://www.certisvs.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.