

# MENUS OCTOBRE 2018



## SPIROU



Nouvel album

# Bon appétit!

LES CUISINES BRUXELLOISES



DE BRUSSELSE KEUKENS

Des innovations, des produits bio, des recettes  
pour tous les goûts.  
Nous sommes à votre service.  
Nous sommes à votre service.  
Nous sommes à votre service.  
Nous sommes à votre service.  
Nous sommes à votre service.

**LUNDI 01.10.18**  
Potage **Fenouils**  
Navarin d'agneau aux légumes de saison  
Pommes nature  
Pomme Gala

**LUNDI 08.10.18**  
Potage **Navets**  
Veau aux petits légumes  
Cornettes  
Prune

**MARDI 02.10.18**  
**MENU VÉGÉTARIEN**  
Potage aux légumes  
Escalope végétarienne panée  
Légumes chinois aigre doux  
Riz complet  
Bioferme yaourt entier myrtille

**MARDI 09.10.18**  
**MENU VÉGÉTARIEN**  
Potage **Tomates**  
Jardinière provençale (ferme en cube)  
Boullgour?  
Pudding vanille

**MARDI 16.10.18**  
**MENU VÉGÉTARIEN**  
Potage **Chicons**  
Boulettes végétariennes à la sauce tomate  
Pâtes  
Nova Bio yaourt sucre de canne

**MARDI 23.10.18**  
**MENU VÉGÉTARIEN**  
Potage **Brocolis**  
Vol au vent au quorn  
Riz équitable  
Flan vanille

**MERCREDI 03.10.18**  
Potage **Épinards**  
Saucisse de veau  
Sauce aux échalottes  
Petits pois et carottes  
Rösti  
Kiwi

**MERCREDI 10.10.18**  
Potage **Parmentier**  
Roti de porc  
\*chipolata de volaille  
Sauce volaille  
Champignons à la crème  
Purée  
Orange

**MERCREDI 17.10.18**  
Potage **Carottes**  
Boudin blanc  
\*saucisse de volaille  
Jus naturel  
haricots princesses étuvés  
croquettes (LF)  
pommes rissoolées (LCH)  
Pomme rouge

**MERCREDI 24.10.18**  
Potage **Courgettes**  
Sauté de veau  
Sauce du chef  
Chou-fleur  
Purée  
Poire doyerne

**JEUDI 04.10.18**  
Potage **Champignons**  
Escalope de Dinde  
Sauce à l'estragon  
Potée aux poireaux  
Nova Bio petits fruits

**JEUDI 11.10.18**  
Potage **Courgettes**  
Filet de poulet  
Sauce aux herbes  
Chou-rouge aux pommes  
Pommes sautées  
Nova Bio yaourt brassé aux fruits

**JEUDI 18.10.18**  
Potage **Poireaux**  
Emincé de bœuf mode gyros  
Pommes nature  
Bioferme yaourt entier fraise

**JEUDI 25.10.18**  
Potage **Céleri-rave**  
Filet de volaille  
Sauce aux oignons  
Carottes au thym  
pommes nature  
Nova Bio Yaourt vanille

**VENDREDI 05.10.18**  
**JOURNÉE BIO**  
Potage **Carottes**  
Filet de sole limande MSC aux fines herbes et brocolis  
Pâtes  
Banane Fair Trade

**VENDREDI 12.10.18**  
Potage **Cerfeuil**  
Filet de colin MSC  
sauce mousseline  
Épinards au beurre  
pommes nature  
Poire conférence

**VENDREDI 19.10.18**  
Potage **Chou-fleur**  
Waterzooi de Merlu MSC aux petits légumes  
Riz  
Banane Fair trade

**VENDREDI 26.10.18**  
**MENU HALLOWEEN**  
Potage **Poivrons**  
Fish stick MSC  
Potée aux potirons  
Dessert spécial halloween



### LA LÉGENDE:

\*adapté sans viande de porc

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

MSC = pour une pêche durable • Texte en gras : Fruits & légumes de saison

FT=Fair Trade