




















MENU OCTOBRE 2021
CRECHES

JOURS		 VENDREDI 01
Potages allergènes		Carottes cumin
Protéines		Dés de poulet
Légume		Chou-fleur
Féculent allergènes		Pommes de terre nature
Repas complet "grands" allergènes		Filet de Lieu noir Chou-fleur sauce curcuma Pommes de terre nature <i>Poissons, gluten</i> Pomme

JOURS	LUNDI 04	MARDI 05	MERCREDI 06	JEUDI 07	VENDREDI 08
Potages allergènes	Poireaux	Potimarron	Navets	Courgettes	Tomate
Protéines	 Filet de Hoki	 Dés de porc	Filet de poulet	Dés de bœuf	 Filet de cabillaud
Légume	Carottes	Haricots	Courgettes	Chou-fleur	Brocolis
Féculent allergènes	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Pommes de terre nature	Patates douces	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>
Repas complet "grands" allergènes	 Jambon Carottes sauce tomate Pâtes <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de Hoki Haricots Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Filet de poulet Courgettes au jus de légumes Boullgour <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de cabillaud Purée de patates douces et chou-fleur option : beurre <i>Poissons, (lait)</i>	Oeufs brouillés Brocolis crème Pommes de terre ciboulette <i>Lait, œufs</i>
Dessert allergènes	Raisins secs	Emmental <i>Lait</i>	Pastèque	Yaourt <i>Lait</i>	Raisins

JOURS	LUNDI 11	MARDI 12	MERCREDI 13	JEUDI 14	VENDREDI 15
Potages allergènes	Céleri-rave <i>Céleri</i>	Butternut	Tomate	Epinars	Carottes cumin
Protéines	 Filet de lieu noir	Dés de veau	Blanc de volaille	 Filet de saumon	 Dés de porc
Légume	Carottes	Fenouil	Navets	Blanc de poireaux	Chou-fleur
Féculent allergènes	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Pommes de terre nature
Repas complet "grands" allergènes	Blanquette de veau Carottes au jus de légumes Pâtes grecques <i>Gluten, lait</i>	 Filet de lieu noir sauce aux herbes Purée de fenouil option : beurre <i>Poissons, céleri, (lait)</i>	Couscous du chef (Légumes de saison et blanc de volaille) <i>Gluten, céleri</i>	 Dés de porc Blanc de poireaux à la crème Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri</i>	 Filet de saumon Fumet de poisson Chou-fleur Pommes de terre nature <i>Poissons, céleri, lait</i>
Dessert allergènes	Poire	Fromage pâte dure <i>Lait</i>	Orange	Yaourt <i>Lait</i>	Pomme

JOURS	LUNDI 18	MARDI 19	MERCREDI 20	JEUDI 21	VENDREDI 22
Potages allergènes	Panais	Cerfeuil	Poireaux	Potimaron coriandre	Parmentier persil
Protéines	 Filet de colin	Haché de bœuf	Dés de poulet	 Filet de hoki	 Dés de porc
Légume	Carottes	Céleri rave	Bettes	Blanc de poireaux	Courgettes
Féculent allergènes	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Patates douces
Repas complet "grands" allergènes	Pâtes Bolognaise de bœuf Carottes <i>Gluten</i>	 Filet de colin sauce safranée Purée céleri-rave persillée option : beurre <i>Poissons, céleri, (lait)</i>	 Dés de porc Bettes sauce aurore Pommes de terre nature <i>Céleri</i>	Œufs brouillés Risotto aux champignons <i>Céleri, lait, œuf</i>	 Filet de Hoki Fumet de poisson Courgettes Patates douces <i>Poissons, céleri</i>
Dessert allergènes	Mandarine	Mimolette <i>Lait</i>	Pomme	Yaourt fruits <i>Lait</i>	Raisins

JOURS	LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27	JEUDI 28	VENDREDI 29
Potages allergènes	Epinars	Julienne	Carottes	Andalou	Persil tubéreux/Céleri-rave <i>Céleri</i>
Protéines	 Filet de Cabillaud	Filet de poulet	 Rôti de porc	 Filet de lieu noir	Dés de veau
Légume	Carottes	Haricots	Courgettes	Chou-fleur	Betteraves rouges - carottes
Féculent allergènes	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Pommes de terre nature
Repas complet "grands" allergènes	Filet de poulet Carottes au jus de légumes Pommes de terre nature <i>Céleri</i>	 Thon Haricots à la provençale Pâtes <i>Poissons, gluten</i>	Mijoté de bœuf Courgettes et tomates Quinoa <i>Céleri</i>	 Rôti de porc Chou-fleur à la crème Pommes de terre persillées <i>Céleri, lait</i>	 Filet de lieu noir Betteraves rouges - carottes Pommes de terre ciboulette <i>Poissons</i>
Dessert allergènes	Abricots secs	Maredsous <i>Lait</i>	Poire	Yaourt <i>Lait</i>	Mandarine

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires*, pommes*, tomates pelées, huile d'olive.

La Cuisine des Champs propose des repas avec **minimum 35% d'ingrédients issus de l'agriculture biologique**. Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01)

Ingrédient labélisé MSC/ASC (pêche durable): Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon

* Nos pommes et poires sont garanties d'origine belge de septembre à juin

