

MENU SEPTEMBRE 2022 CRECHES

JOURS				JEUDI 01	VENREDI 02
Potages <i>allergènes</i>				Poireaux	Chou-fleur
Protéines				 Filet de Cabillaud	Blanc de poulet
Légume				Courgettes	Epinards
Féculent <i>allergènes</i>				Pommes nature	Pommes nature
Repas complet "grands"				 Dés de porc Ratatouille (courgettes, tomates, poivrons rouges et verts, oignons) Quinoa Céleri Yaourt Lait	 Filet de Cabillaud au fumet de poisson Epinards Riz <i>Poissons, soja, gluten, céleri</i> Pomme
<i>allergènes</i>					
Dessert <i>allergènes</i>					

JOURS	LUNDI 05	MARDI 06	MERCREDI 07	JEUDI 08	VENREDI 09
Potages <i>allergènes</i>	Cerfeuil	Concombre	Carottes	Céleri rave Céleri	Brocolis
Protéines	 Filet de Hoki	Blanc de poulet	 Dés de porc	 Filet de Saumon	Haché de bœuf
Légume	Carottes	Céleri rave	Bettes	Courgettes	Navets
Féculent <i>allergènes</i>	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
	<i>Poissons</i>			<i>Poissons</i>	
Repas complet "grands"	Tajine de volaille aux raisins, carottes et coriandre Pommes nature <i>Céleri</i> Prune	 Filet de Hoki, sauce ciboulette Purée de céleri rave option : beurre <i>Poissons, céleri, (lait)</i> Maredsous Lait	Menu bébé <i>Servi chaud ou froid</i> Oeufs brouillés Taboulé à la tomate et au concombre Dressing yaourt <i>Œufs, lait, céleri, moutarde, gluten</i> Pastèque	Chili con carne de bœuf (Haricots rouges, oignons, tomates) Pâtes grecques <i>Gluten, céleri</i> Yaourt Lait	 Filet de Saumon, sauce moutarde douce Navets persillés Pommes nature <i>Poissons, moutarde, lait, gluten</i> Poire
<i>allergènes</i>					
Dessert <i>allergènes</i>					

JOURS	LUNDI 12	MARDI 13	MERCREDI 14	JEUDI 15	VENREDI 16
Potages <i>allergènes</i>	Courgettes	Tomates	Salsifis ciboulette	Carottes coriandre	Poireaux
Protéines	 Filet de Cabillaud	Dés de bœuf	Blanc de volaille	 Dés de porc	 Filet de Colin
Légume	Carottes	Haricots	Epinards	Betteraves rouges & carottes	Brocolis
Féculent <i>allergènes</i>	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
	<i>Poissons</i>				<i>Poissons</i>
Repas complet "grands"	Dés de bœuf Carottes Sauce tomate Boullgour <i>Gluten, Céleri</i> Pomme	 Filet de Cabillaud Purée Saint Germain option : beurre <i>Poissons, (lait)</i> Emmental Lait	Blanc de volaille Epinaards à la crème Pommes nature <i>Lait</i> Raisins	 Filet de Colin Betteraves rouges & carottes Pommes nature <i>Poissons</i> Yaourt Lait	<i>Servi chaud ou froid</i>  Salade de pâtes estivale (concombre, tomates, dés de porc, basilic) Dressing yaourt <i>Gluten, œufs, moutarde, lait</i> Poire
<i>allergènes</i>					
Dessert <i>allergènes</i>					

JOURS	LUNDI 19	MARDI 20	MERCREDI 21	JEUDI 22	VENREDI 23
Potages <i>allergènes</i>	Cresson	Cerfeuil	Fenouil	Andalou	Courgettes
Protéines	Dés de volaille	 Filet de Hoki	Haché de bœuf	 Dés de porc	 Filet de Cabillaud
Légume	Carottes	Courgettes	Haricots verts	Fenouil	Brocolis
Féculent <i>allergènes</i>	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
		<i>Poissons</i>			<i>Poissons</i>
Repas complet "grands"	 Filet de Hoki Coulis de carottes au thym Petit épeautre <i>Gluten, poissons</i> Raisins secs	Dés de volaille, sauce tomate Courgettes Pommes nature Fromage blanc <i>Lait</i>	<i>Servi chaud ou froid</i> Œufs brouillés Haricots verts Purée nature <i>Lait, œufs</i> Prune	 <i>Servi chaud ou froid</i> Pêches au thon Riz aux petits légumes (petits pois, haricots, carottes) Dressing yaourt <i>Poissons, œufs, moutarde, lait</i> Yaourt Lait	 Dés de porc, jus de rôti Brocolis Pommes nature <i>Céleri, soja</i> Pastèque
<i>allergènes</i>					
Dessert <i>allergènes</i>					

JOURS	LUNDI 26	MARDI 27	MERCREDI 28	JEUDI 29	VENREDI 30
Potages <i>allergènes</i>	Saint Germain	Epinaards	Concombres persil	Navets	Carottes cumin
Protéines	 Filet de saumon	Haché de bœuf	 Dés de porc	 Filet de lieu noir	Dés de poulet
Légume	Carottes	Blanc de poireaux	Courgettes	Bettes	Chou-fleur
Féculent <i>allergènes</i>	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature	Pommes nature
	<i>Poissons</i>			<i>Poissons</i>	
Repas complet "grands"	Pâtes Bolognaise de bœuf Carottes <i>Gluten, céleri</i> Pomme	 <i>Servi chaud ou froid</i> Filet de saumon Macédoine de légumes Pommes persillées Dressing yaourt <i>Poissons, œufs, moutarde, lait, céleri</i> Gouda Lait	Waterzooï de poulet aux petits légumes (courgettes, poireaux, haricots) Pommes nature <i>Gluten, lait</i> Poire	 Paella Dés de porc Petits pois, tomates Jus de tomate <i>Céleri</i> Yaourt Lait	 Filet de Lieu noir Chou-fleur, sauce curcuma Pommes nature <i>Poissons, Céleri</i> Raisins
<i>allergènes</i>					
Dessert <i>allergènes</i>					

Ingrédients provenant uniquement de l'agriculture biologique: boullgour, 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