

# MENU OCTOBRE 2025

## CRECHES

<b>JOURS</b>		<b>mercredi 01 octobre</b>	<b>jeudi 02 octobre</b>	<b>vendredi 03 octobre</b>
Potages allergènes		Potage <b>Fenouil</b> BIO	Potage <b>Concombres</b> -persil BIO	Potage <b>Carottes</b> -cumin BIO
<b>VVPO*</b>		<b>Menu bébé</b>		
Légume		 Dés de porc	 Filet de Lieu noir	Dés de poulet
Féculent allergènes		<b>Courgettes</b> Pommes de terre nature	<b>Epinards</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Chou-fleur</b> Pommes de terre nature
<b>Repas complet "grands"</b>		<b>Menu complet "grands"</b>		
allergènes		Waterzoöl de poulet aux petits légumes ( <b>courgettes, poireaux, haricots</b> ) Pommes de terre nature <i>Gluten (blé), lait</i>	 Paëlla (dés de porc, petits pois, <b>tomates</b> , jus de tomate, riz) <i>Céleri</i>	 Filet de Lieu noir <b>Chou-fleur</b> , sauce curcuma Pommes de terre nature <i>Poissons, céleri</i>
Dessert allergènes		Pastèque	Yaourt <i>Lait</i>	<b>Prune</b>

<b>JOURS</b>	<b>lundi 06 octobre</b>	<b>mardi 07 octobre</b>	<b>mercredi 08 octobre</b>	<b>jeudi 09 octobre</b>	<b>vendredi 10 octobre</b>
Potages allergènes	<b>Carottes</b> - cumin BIO	<b>Céleri-rave</b> BIO <i>Céleri</i>	<b>Epinards</b> BIO	<b>Potimarrons</b> BIO	<b>Cerfeuil</b> BIO
<b>VVPO*</b>	<b>Menu bébé</b>				
Légume	Dés de veau	 Filet de Lieu noir	Blanc de volaille	 Filet de saumon	 Carré de porc
Féculent allergènes	<b>Fenouil</b> au paprika doux Pommes de terre nature	<b>Butternut</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Navets</b> au persil Pommes de terre nature	<b>Blancs de poireaux</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Carottes</b> Pommes de terre nature
<b>Repas complet "grands"</b>	 Filet de Lieu noir, sauce au paprika doux Potée au <b>fenouil</b>	Blanquette de veau au <b>butternut</b> Pâtes grecques	 Filet de saumon <b>Navets</b> , sauce persil Pommes de terre nature	 Carré de porc Blancs de <b>poireaux</b> à la crème Pommes de terre nature	Couscous du chef ( <b>courgettes, potimarrons, carottes</b> ) Blanc de volaille Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>
allergènes	<i>Poissons, lait</i>	<i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	<i>Poissons, céleri</i>	<i>Lait</i>	<i>Gluten (blé), céleri</i>
Dessert allergènes	<b>Poire</b>	Fromage blanc <i>Lait</i>	Orange	Melon	<b>Pomme</b>

<b>JOURS</b>	<b>lundi 13 octobre</b>	<b>mardi 14 octobre</b>	<b>mercredi 15 octobre</b>	<b>jeudi 16 octobre</b>	<b>vendredi 17 octobre</b>
Potages allergènes	<b>Navets</b> BIO	<b>Poireaux</b> BIO	<b>Potimarrons</b> BIO	<b>Courgettes</b> BIO	<b>Tomates</b> BIO
<b>VVPO*</b>	<b>Menu bébé</b>				
Légume	 Filet de Hoki	 Emincé de porc	 Filet de Colin	Dés de bœuf	Filet de poulet
Féculent allergènes	<b>Courgettes</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Carottes</b> Pommes de terre nature	<b>Brocolis</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Chou-fleur</b> Pommes de terre nature	<b>Epinards</b> Pommes de terre nature
<b>Repas complet "grands"</b>	 Emincé de porc <b>Courgettes</b> au coulis de <b>tomates</b> Pâtes	 Filet de Hoki, sauce ciboulette <b>Carottes</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Filet de poulet <b>Haricots verts</b> Boullghour	 Filet de Colin Potée de patates douces et <b>chou-fleur</b>	Œufs brouillés <b>Epinards</b> à la crème Pommes de terre nature
allergènes	<i>Gluten (blé)</i>	<i>Poissons</i>	<i>Gluten (blé)</i>	<i>Poissons, lait</i>	<i>Œufs, lait</i>
Dessert allergènes	<b>Prune</b>	<b>Pomme</b>	<b>Raisins</b>	Yaourt <i>Lait</i>	<b>Poire</b>

<b>JOURS</b>	<b>lundi 20 octobre</b>	<b>mardi 21 octobre</b>	<b>mercredi 22 octobre</b>	<b>jeudi 23 octobre</b>	<b>vendredi 24 octobre</b>
Potages allergènes	<b>Panais</b> BIO	<b>Andalou</b> (tomates, poivrons) BIO	<b>Fenouil</b> BIO	<b>Poireaux</b> BIO	<b>Butternut</b> BIO
<b>VVPO*</b>	<b>Menu bébé</b>				
Légume	 Filet de saumon	Filet de poulet	 Filet de Cabillaud	 Dés de porc	Haché de bœuf
Féculent allergènes	Blancs de <b>poireaux</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Brocolis</b> Pommes de terre nature	<b>Courgettes</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Carottes</b> Pommes de terre nature	<b>Céleri-rave</b> persillé Pommes de terre nature <i>Céleri</i>
<b>Repas complet "grands"</b>	Filet de poulet Risotto aux <b>champignons</b>	 Filet de saumon <b>Brocolis</b> , sauce persil Pommes de terre nature	 Sauté de porc <b>Courgettes</b> , sauce aurore Pommes de terre nature	Pâtes Bolognaise de bœuf <b>Carottes</b>	 Filet de Cabillaud, sauce cumin Potée de <b>céleri-rave</b>
allergènes	<i>Lait, céleri</i>	<i>Poissons, céleri</i>		<i>Gluten (blé)</i>	<i>Poissons, lait, céleri</i>
Dessert allergènes	Orange	Mimolette <i>Lait</i>	<b>Prune</b>	<b>Pomme</b>	<b>Mandarine</b>

<b>JOURS</b>	<b>lundi 27 octobre</b>	<b>mardi 28 octobre</b>	<b>mercredi 29 octobre</b>	<b>jeudi 30 octobre</b>	<b>vendredi 31 octobre</b>
Potages allergènes	<b>Cresson</b> BIO	<b>Persil tubéreux</b> et <b>céleri-rave</b> BIO <i>Céleri</i>	<b>Carottes</b> BIO	<b>Navets</b> BIO	<b>Epinards</b> BIO
<b>VVPO*</b>	<b>Menu bébé</b>				
Légume	Emincé de bœuf	 Filet de Hoki	 Rôti de porc	Escalope de poulet	 Filet de Lieu noir
Féculent allergènes	<b>Potimarrons</b> Pommes de terre nature	<b>Courgettes</b> Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	<b>Epinards</b> Pommes de terre nature	<b>Carottes</b> Pommes de terre nature	<b>Chou-fleur</b> au curcuma Pommes de terre nature <i>Poissons</i>
<b>Repas complet "grands"</b>	 Filet de Hoki Potée aux <b>potimarrons</b>	Mijoté de bœuf Dahl de lentilles corail ( <b>courgettes, tomates</b> ) Quinoa	Escalope de poulet <b>Epinards</b> à la crème Pommes de terre nature	 Filet de Lieu noir, sauce ciboulette <b>Carottes</b> Pâtes	Œuf dur <b>Chou-fleur</b> au curcuma Pommes de terre nature
allergènes	<i>Poissons, lait</i>		<i>Lait</i>	<i>Gluten (blé), poissons</i>	<i>Œufs, céleri</i>
Dessert allergènes	<b>Poire</b>	<b>Raisins</b>	Orange	Yaourt <i>Lait</i>	<b>Pomme</b>

**Ingédients provenant uniquement de l'agriculture biologique:** boulghour, 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

Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01)

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

**Légumes et fruits de saison:** selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie

\* *Viande Volaille Poissons Œufs*

Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique. Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Nos repas étant préparés en cuisine de collectivité, nous ne pouvons pas garantir l'absence de traces d'allergènes supplémentaires. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : [allergie@lacuisinedeschamps.com](mailto:allergie@lacuisinedeschamps.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.