

MENU JANVIER 2026

CRECHES

JOURS					vendredi 02 janvier
Potages					Butternut BIO
allergènes					
VVPO*					Menu bébé
Légume					Haché de bœuf
Féculent					Céleri-rave
allergènes					Pommes de terre nature
					<i>Céleri</i>
Repas complet "grands"					Menu complet "grands"
allergènes					Filet de Cabillaud, sauce cumin
Dessert					Potée de céleri-rave
allergènes					<i>Poissons, céleri</i>
					Mandarine



JOURS	lundi 05 janvier	mardi 06 janvier	mercredi 07 janvier	jeudi 08 janvier	vendredi 09 janvier
Potages	Poireaux BIO	Butternut BIO	Persil tubéreux BIO	Courgettes BIO	Tomates BIO
allergènes					
VVPO*					
Légume	Filet de saumon	Dés de bœuf	Blanc de poulet	Rôti de porc	Filet de Hoki
Féculent	Carottes	Navets	Brocolis	Potimarrons	Céleri-rave
allergènes	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature
	<i>Poissons</i>				<i>Poissons, céleri</i>
Repas complet "grands"	Ragoût de bœuf à l'italienne (carottes/tomates/céleri) Pâtes <i>Gluten (blé), céleri</i>	Filet de saumon saucé Purée de navets <i>Poissons</i>	Œufs brouillés Brocolis et jus de légumes Pommes de terre nature (<i>Œufs, céleri</i>)	Filet de Hoki Potimarrons Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Rôti de porc Curry tout doux de légumes (Carotte, céleri-rave, lait de coco) Quinoa <i>Céleri, moutarde</i>
Dessert	Poire	Fromage blanc <i>Lait</i>	Pomme	Yaourt <i>Lait</i>	Orange
allergènes					

JOURS	lundi 12 janvier	mardi 13 janvier	mercredi 14 janvier	jeudi 15 janvier	vendredi 16 janvier
Potages	Carottes BIO	Céleri-rave BIO <i>Céleri</i>	Cerfeuil BIO	Potimarrons coriandre BIO	Champignons BIO
allergènes					
VVPO*					
Légume	Filet de Colin	Dés de porc	Filet de dinde	Dés de bœuf	Filet de Cabillaud
Féculent	Brocolis	Blancs de poireaux	Chou-fleur	Courgettes	Carottes
allergènes	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature
	<i>Poissons</i>				<i>Poissons</i>
Repas complet "grands"	Dés de porc Brocolis Pommes de terre nature	Waterzooi de poissons (Petits pois, poireaux, carottes) Riz <i>Poissons, lait, céleri</i>	Filet de dinde Chou-fleur au curcuma Pommes de terre nature <i>Céleri</i>	Filet de Cabillaud saucé Purée de courgettes <i>Poissons</i>	Dés de bœuf Carottes et son coulis de légumes Pâtes <i>Gluten (blé), céleri</i>
Dessert	Abricot sec	Gouda <i>Lait</i>	Pomme	Yaourt <i>Lait</i>	Mandarine
allergènes					

JOURS	lundi 19 janvier	mardi 20 janvier	mercredi 21 janvier	jeudi 22 janvier	vendredi 23 janvier
Potages	Tomates BIO	Brocolis BIO	Panais BIO	Vert pré BIO	Navets BIO
allergènes					
VVPO*					
Légume	Emincé de poulet	Filet de Lieu noir	Dés de porc	Haché de bœuf	Filet de Saumon
Féculent	Courgettes	Carottes	Épinards	Céleri-rave	Butternut
allergènes	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature
		<i>Poissons</i>		<i>Céleri</i>	<i>Poissons</i>
Repas complet "grands"	Filet de Lieu noir saucé Courgettes Pommes de terre nature <i>Poissons</i>	Fricassée de poulet sauce à l'estragon Carottes Riz <i>Fromage à pâte dure, Lait</i>	Œuf dur Épinards à la sauce blanche Pommes de terre nature (<i>Œufs, lait</i>) Orange	Filet de Saumon Céleri-rave Pommes de terre nature <i>Poissons, céleri</i>	Pâtes Sauce bolognaise (bœuf) (carottes, tomates, oignons) <i>Gluten (blé), céleri</i>
Dessert	Poire			Yaourt <i>Lait</i>	Pomme
allergènes					

JOURS	lundi 26 janvier	mardi 27 janvier	mercredi 28 janvier	jeudi 29 janvier	vendredi 30 janvier
Potages	Panais BIO	Potimarrons persil BIO	Poireaux BIO	Lentilles corail BIO	Courgettes BIO
allergènes					
VVPO*					
Légume	Filet de Merlu	Dés de volaille	Haché de bœuf	Filet de Hoki	Emincé de porc
Féculent	Carottes	Bettes	Choudou	Courgettes	Navets
allergènes	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature	Pommes de terre nature
	<i>Poissons</i>			<i>Poissons</i>	
Repas complet "grands"	Dés de volaille Dahl de lentilles corail (carottes, tomates) Boullghour <i>Gluten (blé)</i>	Filet de Merlu, Bettes à la crème Pommes de terre persillées <i>Poissons, lait</i>	Emincé de porc Choudou mijoté à la tomate Pâtes <i>Gluten (blé)</i> Mandarine	Burger de bœuf Petits pois Pommes de terre nature <i>Yaourt, Lait</i>	Filet de Hoki saucé Purée de navets <i>Poissons</i>
Dessert	Abricot sec	Mimolette <i>Lait</i>			Pomme
allergènes					

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 (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@lacuinedeschamps.com. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.