




# MENU OCTOBRE 2023

 						dimanche 01
						Velouté aux asperges <i>Céleri, lait</i>
						Blanquette de veau aux légumes Pommes noisettes <i>Gluten, soja, lait, céleri, sulfites</i>
						Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i> Repas alternatif : Omelette, potée aux carottes <i>Céleri, lait, œufs</i>
lundi 02	mardi 03	mercredi 04	jeudi 05	vendredi 06	samedi 07	dimanche 08
Potage fenouil <i>Céleri</i>	Potage potimarrons <i>Céleri</i>	Potage céleri <i>Céleri</i>	Potage cultivateur <i>Céleri</i>	Potage Saint-Germain <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Crème de brocolis <i>Céleri, lait</i>
Spiringue (porc) Carottes Riz <i>Gluten, céleri, lait, soja, moutarde</i>	Boudin (porc) Compote de pommes Purée <i>Gluten, soja, lait, moutarde</i>	Filet de poulet Epinards à la crème Pommes de terre <i>Gluten, soja, œufs, lait</i>	Pâtes Sauce aux légumes Dés de poulet <i>Gluten, céleri</i>	Filet de Colin, sauce moutardée Crudités, vinaigrette Pommes de terre <i>Poissons, lait, soja, céleri, gluten, moutarde, œufs, sulfites</i>	Chicon au jambon Purée <i>Lait, gluten, céleri</i>	Epigramme d'agneau Jardinière de légumes Croquettes <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>
Fromage <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	pudding vanille, coulis de fruits <i>Lait</i>	Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Filet de poulet, courgettes, pommes de terre <i>Gluten, Soja, Œufs</i>						
lundi 09	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13	samedi 14	dimanche 15
Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage céleri-rave <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage épinards <i>Céleri</i>	Crème de chou-fleur <i>Céleri, lait</i>
Dés de porc Ratatouille Riz <i>Céleri, gluten, lait, soja</i>	Boulette (volaille) Haricots verts Pommes de terre <i>Gluten, céleri, soja, œufs</i>	Vol au vent (Champignons) Purée <i>Céleri, gluten, lait, œufs</i>	Macaroni Sauce fromage, jambon, petits pois <i>Céleri, gluten, lait</i>	Filet de Cabillaud, sauce au citron Poireaux crème Pommes de terre <i>Poissons, soja, céleri, gluten, lait</i>	Burger de bœuf Purée de céleri-rave <i>Gluten, céleri, lait, soja</i>	Langue de bœuf, sauce Madère Chicons Pommes duchesse <i>Gluten, soja, lait, sulfites</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	Riz au lait <i>Lait</i>	Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Saucisse (porc-boeuf), compote, purée <i>Gluten, œufs, lait, soja</i>						
lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20	samedi 21	dimanche 22
Potage champignons <i>Céleri</i>	Potage Minestrone <i>Céleri, gluten</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage carottes <i>Céleri</i>	Potage fenouil <i>Céleri</i>	Potage brocoli <i>Céleri</i>	Crème de chicons <i>Céleri, lait</i>
Merguez (bœuf-agneau) Couscous de légumes du chef (courgettes, céleri, carottes, pois chiches) Semoule <i>Gluten, Céleri, moutarde, œufs, soja</i>	Pain de viande (porc) Potée au carottes <i>Gluten, lait, soja, œufs, céleri, moutarde</i>	Filet de poulet Brocolis à la crème Pommes de terre nature <i>Gluten, céleri, œufs, soja, lait</i>	Pâtes Dés de poulet Fenouil, sauce tomate <i>Gluten, céleri</i>	Filet de Lieu Crudités, vinaigrette Pommes de terre <i>Poissons, lait, soja, céleri, gluten, moutarde, œufs, sulfites</i>	Cuisse de poulet Champignons Pommes de terre <i>Gluten, œufs, céleri, soja</i>	Rosbif (bœuf) Jardinière de légumes Pommes rôsti <i>Gluten, céleri, lait, soja</i>
Fromage <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	pudding Chocolat <i>Lait</i>	Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Vol-au-vent, champignons, riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs</i>						
lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27	samedi 28	dimanche 29
Potage lentilles corail <i>Céleri</i>	Potage céleri <i>Céleri</i>	Potage oignons <i>Céleri</i>	Potage poireaux <i>Céleri</i>	Potage tomates <i>Céleri</i>	Potage Saint-Germain <i>Céleri</i>	Crème de potimarrons <i>Céleri, lait</i>
Rôti de porc Petits pois, sauce tomate Quinoa <i>Gluten, céleri, lait, soja</i>	Boulette (porc) Haricots verts Purée persillée <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja, moutarde</i>	Filet de poulet Chou blanc à la crème Pommes de terre <i>Gluten, œufs, soja, lait</i>	Pâtes bolognaise (bœuf) (tomates, carottes, oignons) Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œufs, soja</i>	Waterzooi de poissons (poireaux, céleri, carottes) Pommes de terre <i>Poissons, céleri, soja, lait, gluten</i>	Hachi parmentier (porc) aux épinards <i>Gluten, œufs, céleri, soja, lait</i>	Carbonnade de boeuf (carottes, oignons) Pommes noisettes <i>Céleri, gluten, lait, soja, sulfites</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>	pudding vanille <i>Lait</i>	Fruit	Compote	Pâtisserie <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque, soja</i>
Repas alternatif : Omelette, potée aux carottes <i>Céleri, lait, œufs</i>						
lundi 30	mardi 31					
Potage Minestrone <i>Céleri, gluten</i>	Potage champignons <i>Céleri</i>					
Dés de poulet Ratatouille Riz <i>Gluten, soja, œufs</i>	Saucisse (porc) Choux de Bruxelles Purée <i>Gluten, œufs, soja, lait, moutarde</i>					
Fromage <i>Lait</i>	Fruit					
Repas alternatif : Boulette (volaille), poireaux, pommes de terre <i>Céleri, lait, œufs, soja, gluten</i>						

**100 % BIO:** boulghour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Les **allergènes** à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (Règlement UE n°1169/2011). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.