

# Menu de mars 2020

# INSTITUT MARIE IMMACULEE



O'GUSTO  
by sodexo



## La vie

- Des menus parfaitement équilibrés et sécurisés
- Du sel iodé utilisé avec parcimonie
- Un **plat végétarien (V)** toutes les semaines



## La Terre

- Des ingrédients issus de **l'agriculture responsable et raisonnée (\*)**



- Tous nos fruits, nos yaourts (framboises, vanille et fraises), ainsi que nos biscuits (crêpes, Twibio, gaufres vanille) sont certifiés **BIO** par Quality Partner BE-BIO-03

- Nous utilisons **des légumes de saison** (suivant le calendrier de Bruxelles environnement)



- Tous nos poissons sont issus de la pêche durable



- Nos bananes sont toutes Fairtrade, le fairtrade c'est respecter un prix juste pour le producteur



- Nous vous proposons régulièrement des produits **d'origine locale**



## Le goût

- Des menus avec des plats de tradition mais aussi de cultures différentes
- Des découvertes de légumes chaque mois

sodexo

lundi 2 mars 2020	mardi 3 mars 2020	mercredi 4 mars 2020	jeudi 5 mars 2020	vendredi 6 mars 2020
<p><b>Potage aux tomates (*)</b> Pain de viande (Bœuf/volaïlle) Potée aux <b>carottes</b></p> <p>Yaourt aux fraises BIO</p>	<p><b>Potage aux épinards (*)</b> Poisson (MSC) à l'Ostendaise <b>Poireaux (*)</b> Purée aux fines herbes</p> <p>Fruit frais BIO</p>		<p><b>Potage aux courgettes (*)</b> <b>Chilli végétarien (V)</b> Riz aux légumes <b>(céleri, poireaux, carottes)</b></p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p><b>Potage aux carottes (*)</b> Filet de poulet Fenouil томaté Frites</p> <p>Raisins secs BIO</p>
lundi 9 mars 2020	mardi 10 mars 2020	mercredi 11 mars 2020	jeudi 12 mars 2020	vendredi 13 mars 2020
<p><b>Potage au chou-fleur (*)</b> <b>Pennes (*)</b> Milanaise de bœuf Fromage râpé</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p><b>Potage Parmentier (*)</b> Escalope de dinde Viennoise <b>Compote de pommes (*)</b> <b>Pommes rissolées (*)</b></p> <p>Crème chocolat</p>		<p><b>Potage au cerfeuil (*)</b> <b>Vol-au-vent végétarien (V)</b> <b>Champignons</b> Pommes natures</p> <p>Yaourt vanille BIO</p>	<p><b>Potage aux poireaux (*)</b> <b>Œuf à la Florentine (*) (V)</b></p> <p>Purée</p> <p>Fruit frais BIO</p>
lundi 16 mars 2020	mardi 17 mars 2020	mercredi 18 mars 2020	jeudi 19 mars 2020	vendredi 20 mars 2020
<p><b>Potage aux panais (*)</b> <b>Coquillettes (*)</b> <b>Sauce Napolitaine de quorn (V)</b> Petits légumes(<b>céleri, carottes, poireaux</b>)</p> <p>Compote BIO</p>	<p><b>Potage aux tomates (*)</b> Cassolette de poisson (MSC) <b>Haricots verts (*)</b> Pommes natures</p> <p>Fruit frais BIO</p>		<p><b>Potage au céleri vert (*)</b> <b>Cordon bleu végétarien (V)</b> <b>Petits pois (*)</b> Purée de pommes de terre</p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p><b>Potage aux épinards (*)</b> Carbonnade Flamande Bouquetière de légumes <b>Carottes</b> parisiennes, haricots beurre, petits pois)</p> <p>Frites Fromage blanc sucré</p>
lundi 23 mars 2020	mardi 24 mars 2020	mercredi 25 mars 2020	jeudi 26 mars 2020	vendredi 27 mars 2020
<p><b>Potage aux poireaux (*)</b> Escalopine de porc jus de viande <b>Petits pois (*)</b> <b>Pommes sautées (*)</b></p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p><b>Potage aux carottes (*)</b> <b>Coquillettes (*)</b> <b>Sauce bolognaise (soja) (V)</b> Fromage râpé</p> <p>Yaourt framboises BIO</p>		<p><b>Potage Parmentier (*)</b> <b>Couscous aux légumes et pois chiches (V)</b> <b>Semoule (*)</b></p> <p>Biscuit BIO</p>	<p><b>Potage aux courgettes (*)</b> Boulettes de volaille Sauce tomate Potée aux épinards</p> <p>Fruit frais BIO</p>
lundi 30 mars 2020	mardi 31 mars 2020	mercredi 1 avril 2020	jeudi 2 avril 2020	vendredi 3 avril 2020
<p><b>Potage Andalou (*)</b> Cheeseburger (Bœuf/volaïlle) <b>Haricots verts (*)</b> Pommes natures Crème vanille</p>	<p><b>Potage aux pois (*)</b> Waterzooï de volaille <b>Carottes (*)</b> Frites</p> <p>Fruit frais BIO</p>		<p><b>Potage aux panais (*)</b> <b>Steak végétarien (V)</b> <b>Petits pois (*)</b> <b>Boullghour (*)</b> aux légumes <b>(céleri, poireaux, carottes)</b></p> <p>Fruit frais BIO</p>	<p><b>Potage au cerfeuil (*)</b> Fish-sticks (MSC) Sauce tartare <b>Radis</b> et salade de saison Purée</p> <p>Fruit frais BIO</p>