

Menu de novembre 2020

INSTITUT MARIE IMMACULEE



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



lundi 2 novembre 2020	mardi 3 novembre 2020	mercredi 4 novembre 2020	jeudi 5 novembre 2020	vendredi 6 novembre 2020
vacances de Toussaint				
lundi 9 novembre 2020	mardi 10 novembre 2020	mercredi 11 novembre 2020	jeudi 12 novembre 2020	vendredi 13 novembre 2020
Potage aux épinards (*) 10 Omelette (*) (V) 2, 5 Sauce tomate fenouil Petits pois (*) Frites Fruit frais BIO	Potage aux navets (*) 10 Coquillettes (*) 1 Sauce carbonara de dinde 2, 8 aux champignons Fromage râpé 2 Riz au lait		Potage céleri rave (*) 10 Chili végétarien (V) 8, 10 Riz aux légumes 8, 10 Biscuit BIO	Potage Parmentier (*) 10 Fish-sticks (MSC) 1, 6 Sauce Tartare 5, 11 Radis et sa salade de saison 5, 11 Pommes de terre nature Fruit frais BIO
lundi 16 novembre 2020	mardi 17 novembre 2020	mercredi 18 novembre 2020	jeudi 19 novembre 2020	vendredi 20 novembre 2020
Potage au cresson (*) 10 Filet de poulet 2 Coulis de brocolis 2, 8, 10 Boulghour (*) aux légumes 1, 10 Fromage blanc aux fruits	Potage au chou-fleur (*) 10 Cheesburger 1, 2, 5 (bœuf/volaille) Compote Zanzibar Pommes rissolées (*) Raisins secs BIO		Potage aux panais (*) 10 Pennes (*) 1 Sauce bolognaise végétarienne (soja) (V) 8, 10 Fruit frais BIO	Potage aux endives (*) 10 Poisson meunière (MSC) 1, 6 Potée aux carottes 2 Fruit frais BIO
lundi 23 novembre 2020	mardi 24 novembre 2020	mercredi 25 novembre 2020	jeudi 26 novembre 2020	vendredi 27 novembre 2020
Potage aux carottes (*) 10 Coquillettes (*) 1 Sauce milanaise de bœuf 1, 2, 5, 8, 10 Fromage râpé 2 Fruit frais BIO	Potage au fenouil (*) 10 Sauté de porc 2 Bouquetière de légumes (carottes parisiennes, petits pois, haricots beurre) Frites Yaourt fraises BIO		Potage au potiron (*) 10 Paëlla végétarienne (V) 8, 10 Fruit frais BIO	Potage aux pois (*) 10 Cassolette de poisson (MSC) Radis et sa salade de saison 5, 11 Purée de pomme de terre 2, 8 Pudding vanille
lundi 30 novembre 2020	mardi 1 décembre 2020	mercredi 2 décembre 2020	jeudi 3 décembre 2020	vendredi 4 décembre 2020
Potage aux navets (*) 10 Burger de bœuf Choux rouge aux pommes Pommes rissolées (*) Pudding chocolat	Potage au cerfeuil (*) 10 Filet de poisson blanc grillé (MSC) 6 Poireaux (*) à la crème 2 Pommes de terre Fruit frais BIO		Potage aux brocolis (*) 10 Couscous aux légumes (carottes, courgettes, navets, céleri, poivrons verts et rouges) et pois chiches (V) (*) 1, 10 Semoule de blé (*) 1, 10 Fruit frais BIO	Potage Andalou (*) 10 Pennes (*) 1 Sauce Napolitaine 2 jambon de dinde & légumes Fromage râpé 2 Yaourt framboises BIO

1. Gluten
2. Lait
3. Crustacés
4. Mollusques

5. Œufs
6. Poisson
7. Arachides
8. Soja

9. Fruits à coque
10. Céleri
11. Moutarde
12. Graine de sésame

13. Sulfites
14. Lupin

Nous tenons à vous informer que nos préparations peuvent contenir des traces d'autres allergènes que ceux communiqués car nos repas sont préparés en cuisine de collectivité. La composition de nos préparations peut également varier.