



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

C'EST LE DERNIER DOS DE MENU  
DE CETTE ANNÉE SCOLAIRE.

NOUS VOUS RETROUVERONS  
AVEC JOIE À LA RENTRÉE  
DU MOIS D'AOÛT !



# TCO Service vous dit «Merci !»

Vous avez été nombreux.ses à nous donner  
votre avis sur les repas !

Les gagnant.es tiré.es au sort s'appellent **Mayan, Ilyanna et Maëlle**.  
Ils recevront un assortiment de délicieux biscuits offerts par  
la cookiserie « Le Petit Namurois ».

## Vos menus préférés

**En tête : Les pâtes  
bolognaise et carbonara**

Vous appréciez aussi le filet  
de cabillaud sauce créole, la  
saucisse, le poulet et même,  
le chou rouge !

Vous souhaiteriez de la pizza, des lasagnes ou du hachis Parmentier.  
Ce sont des plats que nous vous laissons manger en famille.

## Vous avez moins aimé

Le couscous végétarien, certains  
plats de poisson, les navets, les  
champignons et les poireaux à la  
crème.

## Quelques-unes de vos envies

Boulettes sauces tomates, purée  
et haricots verts/ Pâtes jambon,  
fromage, brocoli/pâtes au haché  
de poulet et dés de courgettes/  
Hamburger

## TCO Service participe à la semaine bio.

Le jeudi 12 juin, au menu, «orzo à la méditerranéenne» 100% bio !

Plus d'info : <https://biomonchoix.be/agenda/la-semaine-bio-2025>

# MENU JUIN - JUILLET 2025

lundi 02	mardi 03	mercredi 04	jeudi 05	vendredi 06
Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>chou-fleur</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>cerfeuil</b> BIO <i>Céleri</i>
Riz pilaf façon nasi-goreng ( <b>carottes</b> , <b>chou chinois</b> , oignons) Emincé de volaille  <i>Gluten (blé), soja, céleri</i>	 <b>Crudités</b> , vinaigrette Filet de Merlu Purée nature  <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>	<b>Petits pois</b> à la française Filet de poulet Dés de pommes de terre rôties  <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 Pâtes (complètes) E FAGIOLI (tomates, <b>carottes</b> , haricots blancs, céleri)  <i>Gluten (blé), céleri</i>	 Compote de pommes Saucisse de campagne Pommes de terre persillées  <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>
Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit
lundi 09	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
<i>Congé</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>champignons</b> BIO <i>Céleri</i>
	Potée aux <b>bettes</b> Omelette, sauce légère tomatée  <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	<b>Carottes</b> Vichy Burger de bœuf Pommes de terre rôties  <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 Orzo (pâtes grecques) à la méditerranéenne BIO (tomates, <b>courgettes</b> , fromage)  <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	<b>Chou chinois</b> Dés de poulet, sauce curry au lait de coco Riz  <i>Gluten (blé), œufs, céleri, moutarde</i>
	<b>TCO Service participe à la semaine BIO (<a href="https://biomonchoix.be/semainebio">https://biomonchoix.be/semainebio</a>)</b>			
Fruit	Fruit	Fruit	Biscuit BIO <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit
lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
Potage <b>St-Germain</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>navets</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates <b>basilic</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>cerfeuil</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>
 <b>Carottes</b> persillées Boulette sauce tomate Orge  <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri</i>	 <b>Epinards</b> à la crème Filet de Colin Riz  <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>	<b>Brocoli</b> Rôti de dinde Purée nature  <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 Pâtes, sauce bolognaise sin carne (tomates, <b>carottes</b> , pois/soja) Fromage râpé  <i>Gluten (blé), soja, lait, céleri</i>	<b>Crudités</b> , vinaigrette Filet de poulet, sauce barbecue Pommes de terre en chemise  <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>
Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fromage <i>Lait</i>
lundi 23	mardi 24	mercredi 25	jeudi 26	vendredi 27
Potage <b>brocolis</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage cultivateur BIO <i>Céleri</i>
 Ratatouille (tomates, oignons, <b>courgettes</b> ) Springue de porc Quinoa  <i>Céleri</i>	 Julienne de légumes (poireaux, céleri, <b>carottes</b> ) Waterzooi de poissons Riz  <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>	<b>Chou-fleur</b> Filet de poulet Pommes de terre rôties aux herbes  <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	 <b>Petits pois</b> Penne à la parisienne (béchamel de <b>carottes</b> , mozzarella)  <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 <b>Hamburger</b> Pistolet/sandwich - <b>crudités</b> - mayonnaise aux herbes - burger de bœuf  <i>Gluten (blé, seigle), œufs, soja, lait, céleri, moutarde, sésame</i>
Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Méli-mélo de desserts <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
lundi 30	mardi 01	mercredi 02	jeudi 03	vendredi 04
Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>céleri vert</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>navets</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>tomates</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>courgettes</b> BIO <i>Céleri</i>
<b>Haricots verts</b> , échalotes Filet de poulet Orge  <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	 <b>Crudités</b> , vinaigrette Fish sticks Pommes de terre nature  <i>Gluten (blé), œufs, poissons, lait, céleri, moutarde</i>	Légumes d'été aigre doux ( <b>carottes</b> , <b>chou-fleur</b> , <b>petits pois</b> ) Omelette Riz  <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri</i>	 Couscous de légumes du chef ( <b>carottes</b> , <b>courgettes</b> , pois chiches) Semoule  <i>Gluten (blé), céleri</i>	Pâtes (complètes) Sauce fromage et <b>petits pois</b> Lardinettes de dinde  <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>
Compotine	Fruit	Fruit	Fruit	Méli-mélo de desserts <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>

 Plat végétarien  
 Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, fish stick  
 Plat contenant de la viande de porc

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

**100 % BIO**: les potages sont 100% BIO.

**100 % BIO**: boulgour, 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).

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

**75% local**: 75% des ingrédients sont d'origine locale.

Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (AR belge 17/07/2014). 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@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.