



100% de nos
pommes, poires
et carottes sont
d'origine belge !

FRUITS EUROPÉENS



MENU

Octobre 2024

Sous réserve d'approvisionnement.



MA CANTINE S'ENGAGE
POUR UNE ALIMENTATION DURABLE !
WWW.MANGERDEMAIN.BE

SEMAINE EUROPÉENNE DU DÉVELOPPEMENT DURABLE

LUNDI 30.09.24	MARDI 01.10.24 	JEUDI 03.10.24 MENU PRÉFÉRÉ DES ENFANTS	VENDREDI 04.10.24
<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Hachis parmentier végétarien (soja) aux carottes Purée*</p> <p align="right"><i>Poire locale*</i></p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Gratin de pâtes au jambon (<i>quorn</i>) Brocolis à l'échalote</p> <p align="right">Liégeois à la vanille</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Boudin blanc de volaille Compote de pomme Frites</p> <p align="right">Yaourt fruits mixés bio</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Filet de cabillaud Épinards à la crème Pommes de terre nature*</p> <p align="right">Biscuit Bio « Le Petit Namurois »</p>
LUNDI 07.10.24	MARDI 08.10.24	JEUDI 10.10.24	VENDREDI 11.10.24
<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Oiseau sans tête bœuf (<i>sce.brune</i>) Salade Purée*</p> <p align="right">Fromage frais aux fruits</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Émincé de poulet Courgettes Coquillettes sauce Boursin</p> <p align="right"><i>Prune</i></p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Couscous végétarien Légumes couscous (<i>pois chiches bio, carottes, navets, céleri, oignons</i>) Semoule et bouillon</p> <p align="right">Mousse chocolat</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Filet de lieu Fondue de poireaux Riz créole</p> <p align="right"><i>Pomme locale*</i></p>
LUNDI 14.10.24 	MARDI 15.10.24 MENU BAS CARBONE	JEUDI 17.10.24 MENU HALLOWEEN	VENDREDI 18.10.24
<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Émincé de porc QA (<i>végé</i>) Choux de Bruxelles aux oignons Pommes de terre*</p> <p align="right">Flan caramel</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Tortilla (œuf) de courgettes Pommes de terre*</p> <p align="right"><i>Poire locale*</i></p>	<p><u>Bouillon aux asticots*</u></p> <p>Yeux de sorcières ensablés Champignons magiques Doigts de vampires</p> <p align="right">Sourire de fantôme</p>	<p><u>Potage légumes frais locaux*</u></p> <p>Gratin de la mer Brunoise de légumes (<i>carottes, céleri, poireaux, oignons</i>) Coquillettes</p> <p align="right">Crème de la « ferme Bouret »</p>



L'empreinte carbone est un calcul qui permet d'avoir une idée de la trace que chacun laisse sur la planète. C'est-à-dire l'estimation de la surface sur terre nécessaire à ce chacun puisse vivre selon SON propre mode de vie. Il prend donc en compte à la fois la surface que j'occupe pour vivre, mais aussi les terres agricoles qu'il faut pour me nourrir, les forêts et les océans utilisés pour produire l'énergie et les ressources dont j'ai besoin. Ou encore la surface nécessaire pour éliminer mes déchets. Afin de diminuer son empreinte carbone, il faut un maximum privilégier les énergies renouvelables et diminuer la pollution, bref avoir un mode de vie avec le moins d'impact possible sur la Terre. À notre échelle, nous pouvons utiliser des moyens de transport le moins polluants possibles, acheter des objets d'occasion, car la fabrication d'objets neufs est gourmande en énergie et en ressources... Finalement, les mêmes actions qui permettent de diminuer le réchauffement climatique !



Menu végétarien

Légume de saison

Produit BIO

Poisson MSC

Circuit court

QA : qualité Ardennes en circuit court



Menu à thème

*Produit issu d'une agriculture responsable et raisonnée * issu de la COOP alimentaire*



Produit équitable



Repas contenant du porc (alternative sans porc)

Pour toute question relative aux allergènes : API RESTAURATION (0489/74.24.76)

Retrouvez ici toutes les informations relatives au menu : provenances, allergènes ainsi que la composition des potages au jour le jour

