

FRUITS PRODUITS EN BELGIQUE

CONSERVATION



NOISETTE NOIX POMME POIRE

FRUITS EUROPÉENS



CITRON CLÉMENTINE KIWI MANDARINE ORANGE PAMPLEMOUSSE

Novembre

LÉGUMES PRODUITS EN BELGIQUE

CONSERVATION



AIL BETTERAVE BUTTERNUT CÉLÉRI-RAVE
ÉCHALOTTE NAVET OIGNON PARSNAIS POTIMARRON POTIRON

SAISON



BETTE BROCOLI CAROTTE CÉLÉRI VERT CERFEUIL CERFEUIL TUBÉREUX CHAMPIGNON
CHICON CHICORÉE SCAROLE ET FRISÉE CHICORÉE PAIN DE SUCRE CHOU BLANC CHOUX DE BRUXELLES CHOU VERT CHOU-FLEUR
CHOU FRISÉ = CHOU KALE CHOU POINTU CHOU ROMANESCO CHOU ROUGE CRESSON ÉPINARD PATATE DOUCE
PÂTISSON PERSIL TUBÉREUX POIREAU POURPIER D'HIVER RADICCHIO RADIS BLANC RADIS NOIR
RUTABAGA SALADE FEUILLE DE CHÊNE SALADE ICEBERG SALADE LATTUE POMMÉE SALADE LATTUE ROMAINE SALADE DE BLÉ OU MÂCHE
SALADE MIZUNA SALSIFI OU SCORSONÈRE TOPINAMBOUR YAÇON OU POIRE DE TERRE

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

MENU

Novembre 2024

Sous réserve d'approvisionnement.



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

 LUNDI 04.11.24 MENU BELGE 	MARDI 05.11.24		JEUDI 07.11.24	VENDREDI 08.11.24
<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Roulade de chicons au gratin (quorn) Pommes de terre vapeur* <u>Poire locale*</u>	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Filet de poulet Q.A. <u>Brocolis aux oignons</u> Pâtes Yaourt aux fruits		<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Hachis parmentier* végétarien (soja) <u>aux carottes</u> Liégeois vanille	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Filet de lieu <u>Poireaux à la crème</u> Pommes de terre grenailles* <u>Pomme locale*</u>
LUNDI 11.11.24	MARDI 12.11.24 MENU PLAISIR DES ENFANTS		JEUDI 14.11.24	VENDREDI 15.11.24
	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Lasagne bolognaise de bœuf (tomates, <u>carottes, oignons</u>) Fromage râpé Mousse au chocolat		<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Saucisse végétarienne Compote de pommes Frites Fruit de saison	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Filet de merlu sce.ostendaise Risotto aux petits légumes (<u>céleri- rave, carottes, poireaux</u>) Biscuit
LUNDI 18.11.24 	MARDI 19.11.24		JEUDI 21.11.24	VENDREDI 22.11.24
<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Émincé de porc QA sce oignons (tofu bio) Carottes au thym* Cœurs de blé Crème « la ferme du Bouret »	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - <u>Pâtes complètes bio</u> Sauce à la zingara (dinde, petits pois et tomates) <u>Poire locale*</u>		<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Tortilla (œufs et pommes de terre*) <u>Laitue vinaigrette</u>  Banane fairtrade bio	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Fish stick <u>Épinards à la crème</u> Purée*  Chocolat fairtrade
LUNDI 25.11.24	MARDI 26.11.24		JEUDI 28.11.24	VENDREDI 29.1.24
<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Vol au vent aux <u>champignons</u> Riz Cookie bio « le petit namurois »	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Nuggets végétariens Ratatouille Coquillettes <u>Pomme locale*</u>		<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Carbonnade de bœuf QA <u>Salade mixte vinaigrette</u> Frites Yaourt nature sucré	<u>Potage légumes frais locaux*</u> - Couscous de la mer <u>Légumes couscous (carottes, céleri, courgette, poivrons, pois chiches</u> Semoule <u>Poire locale*</u>

Novembre 2024

 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



● 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

