

Menu de Février 2020

Menu végétarien

lundi 27 janvier 2020	mardi 28 janvier 2020	mercredi 29 janvier 2020	jeudi 30 janvier 2020	vendredi 31 janvier 2020
lundi 3 février 2020	mardi 4 février 2020	mercredi 5 février 2020	jeudi 6 février 2020	vendredi 7 février 2020
Carbonnade végétarienne Liégeoise (V) <u>Carottes (*)</u> Pommes rissolées (*)	Omelette (*) (V) <u>Choux de bruxelles (*)</u> Purée aux fines herbes	Schnitzel VG (V) Compote de <u>pommes (*)</u> Pommes nature	Coquillettes (*) Bolognaise végétarienne (V) Fromage râpé	Steak végétarien maison (V) Potée aux <u>poireaux</u>
lundi 10 février 2020	mardi 11 février 2020	mercredi 12 février 2020	jeudi 13 février 2020	vendredi 14 février 2020
Pennes (*) Sauce Napolitaine de Quorn (V) Petits légumes <u>(Céleri, carottes, poireaux)</u> Fromage râpé	Burger de Quorn (V) <u>Poireaux (*)</u> Pommes nature	Cordon bleu végétarien (V) Potée aux <u>chicons</u>	Steak végétarien (V) Petits pois (*) Boulghour (*) aux légumes <u>(céleri-poireaux-carottes)</u>	Œuf à la Florentine (*) (V) Purée
lundi 17 février 2020	mardi 18 février 2020	mercredi 19 février 2020	jeudi 20 février 2020	vendredi 21 février 2020
Coquillettes (*) Bolognaise végétarienne (V) Fromage râpé	Schnitzel VG (V) Potée aux <u>carottes</u>	Bruger de Quorn (V) Salade Mixte Riz aux légumes <u>(céleri-poireaux-carottes)</u>	Vol au vent végétarien (V) <u>Champignons</u> Pommes rissolées (*)	Steak végétarien maison (V) Poêlée de légumes hauts en couleurs Purée aux fines herbes
lundi 24 février 2020	mardi 25 février 2020	mercredi 26 février 2020	jeudi 27 février 2020	vendredi 28 février 2020
Boulettes végétariennes (V) Sauce tomate Potée au <u>chou frisé</u>	Pennes (*) Sauce Napolitaine de quorn (V) Petits légumes <u>(céleri-carottes-poireaux)</u> Fromage râpé	Cordon bleu végétarien (V) Petits pois (*) Blé (*)	Couscous aux légumes (V) et pois chiches Semoule (*)	Schnitzel VG (V) Sauce tartare Radis et salade de saison Pommes nature



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



Menu van november 2019

Vegetarische menu

maandag 27 januari 2020	dinsdag 28 januari 2020	woensdag 29 januari 2020	donderdag 30 januari 2020	vrijdag 31 januari 2020
maandag 3 februari 2020	dinsdag 4 februari 2020	woensdag 5 februari 2020	donderdag 6 februari 2020	vrijdag 7 februari 2020
Vegetarische stoverij op Luikse wijze (V) <u>Wortelen</u> (*) Gebakken aardappelen (*)	Omelet (*) (V) <u>Spruitjes</u> (*) Puree met fijne kruiden	Vegetarische schnitsel (V) <u>Appelmoes</u> (*) Aardappelen	Schelpjes (*) Vegetarische bolognaise (V) Geraspte kaas	Vegetarische burger (V) Stamppot van <u>prei</u>
maandag 10 februari 2020	dinsdag 11 februari 2020	woensdag 12 februari 2020	donderdag 13 februari 2020	vrijdag 14 februari 2020
<u>Penne</u> (*) Napolitaanse saus met quorn(V) Fijne groenten <u>(Selder, wortel, prei)</u> Geraspte kaas	Quorn burger (V) <u>Prei</u> (*) Aardappelen	Vegetarische cordon bleu (V) Stamppot van <u>witloof</u>	Vegetarische burger (V) <u>Erwtjes</u> (*) <u>Boulghour</u> (*) met groenten <u>(Selder, wortel, prei)</u>	<u>Eieren Florentine</u> (*) (V) Puree
maandag 17 februari 2020	dinsdag 18 februari 2020	woensdag 19 februari 2020	donderdag 20 februari 2020	vrijdag 21 februari 2020
<u>Schelpjes</u> (*) Vegetarische bolognaise (V) Geraspte kaas	Vegetarische schnitsel (V) Stamppot van <u>wortelen</u>	Quorn burger (V) Salade Mixte Rijst met groenten <u>(Selder, wortel, prei)</u>	Vegetarische vol au vent (V) <u>Champignons</u> Gebakken aardappelen (*)	Vegetarische burger maison (V) Groentenboeket in al zijn kleuren Puree met fijne kruiden
maandag 24 februari 2020	dinsdag 25 februari 2020	woensdag 26 februari 2020	donderdag 27 februari 2020	vrijdag 28 februari 2020
Vegetarische balletjes (V) Tomatensaus Stamppot van <u>snijbiet</u>	<u>Penne</u> (*) Napolitaanse saus met quorn(V) Fijne groenten <u>(Selder, wortel, prei)</u> Geraspte kaas	Vegetarische cordon bleu (V) <u>Erwtjes</u> (*) <u>Tarwekorrels</u> (*)	Groentencouscous (V) met <u>kikkererwten</u> <u>Griesmeel</u> (*)	Vegetarische schnitsel (V) Tartaarsaus Seizoenssalade met radijzen aardappelen



Het leven

- Evenwichtige menus en beveiligd
- Geïodeerd zout met mate gebruikt
- Elke week een **vegetarische menu (V)**



De aarde

- Ingredienten van **verantwoorde landbouw (*)**



- Al het fruit, quinoa, boulghour, soja zijn altijd ingrediënten afkomstig van **verantwoorde landbouw (*) - N° de certification**

- **De seizoensgroenten** (volgens de kalender van het Brusselse gewest)

- Al onze vissen zijn afkomstig van duurzame visvangst



- Al onze bananen zijn Fairtrade, fairtrade is de juiste prijs respecteren voor de producent



De smaak

- Menus met traditionele schotels maar ook van verschillende culturen
- Ontdekking van verschillende groenten elke maand