



**TCO  
SERVICE**

CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

# TCO Service a besoin de ton avis !

**Salut!**

Donne nous ton avis sur les menus préparés par TCO Service pour la cantine de ton école.

Si ton nom est tiré au sort, tu gagneras un assortiment de délicieux biscuits bio et locaux **de la biscuiterie namuroise, miam !**

Renvoie-nous tes réponses  
**avant le 31 mars** en scannant  
le QR Code ou en nous envoyant  
un mail à [concours@tcoservice.com](mailto:concours@tcoservice.com)



Attention, n'oublie pas d'indiquer  
ton nom, ton prénom  
et le nom de ton école.



Quel est ton repas préféré dans les menus de TCO Service ?

Quel est le repas que tu aimes le moins ?

As-tu une suggestion de repas à nous faire ?

# MENU MARS 2025

## ECOLES COMMUNALES DE UCCLÉ



lundi 10		mardi 11		mercredi 12		jeudi 13		vendredi 14	
Potage <b>oignons</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>épinards</b> BIO <i>Céleri</i>	
 Petits pois à la française Omelette, sauce légère tomatée Boulghour <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>		 Potée aux <b>carottes</b> Filet de lieu noir <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>		 Haricots verts à l' <b>échalote</b> Filet de poulet Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>		 Pâtes complètes Sauce ricotta et <b>épinards</b> <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>		 <b>Choucroute</b> Saucisse de Francfort Purée <i>Lait, céleri, moutarde</i>	
Compotine		Fruit		Fruit		Dessert lacté <i>Lait</i>		Fruit	
lundi 17		mardi 18		mercredi 19		jeudi 20		vendredi 21	
Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>navets</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>céleri vert</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>resson</b> BIO <i>Céleri</i>	
 <b>Poireaux</b> à la crème Filet de poulet Frites <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, arachides</i>		 <b>Crudités</b> , vinaigrette Filet de colin Purée nature <i>Gluten (blé, seigle), œufs, poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>		 <b>Choux de Bruxelles</b> Saucisse de campagne Pommes de terre rôties <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>		 Couscous de légumes du chef ( <b>carottes, chou-fleur,</b> courgettes, pois chiches) Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>		Pâtes, sauce bolognaise (de bœuf) (tomates, <b>carottes, oignons</b> ) Fromage râpé <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri</i>	
Dessert lacté <i>Lait</i>		Fruit		Fruit		Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>		Fruit	
lundi 24		mardi 25		mercredi 26		jeudi 27		vendredi 28	
Potage <b>épinards</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>navets</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>		Potage <b>champignons</b> BIO <i>Céleri</i>	
 <b>Chou-fleur</b> Dahl de lentilles Riz <i>Céleri, moutarde</i>		 Filet de Cabillaud, sauce créole (tomates, courgettes) Purée de patates douces <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri, moutarde</i>		 <b>Chicons</b> au miel braisés Rôti de porc Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé), lait, céleri, moutarde</i>		 Pâtes E FAGIOLI (tomates, <b>carottes,</b> haricots blancs, <b>céleri</b> ) <i>Gluten (blé), céleri</i>		<b>Epinards</b> à la crème Burger de bœuf Pommes de terre <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	
Dessert lacté <i>Lait</i>		Fruit		Fruit		Fromage <i>Lait</i>		Fruit	
lundi 31									
Potage <b>céleri-vert</b> BIO <i>Céleri</i>									
Bœuf façon Stroganoff (tomates, <b>champignons</b> ) Frites <i>Lait, céleri, moutarde, arachides</i>									
Dessert lacté <i>Lait</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:** boulghour, 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 bœuf, 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.

