



# Menu Végétarien des écoles d'Ixelles

## mars 2021



lundi 01 mars	mardi 02 mars	mercredi 03 mars	jeudi 04 mars	vendredi 05 mars
Féta gratinée Salade de quinoa Bio aux radis Poire	Poêlée de penne <u>blancs de poireaux</u> & champignons Fruit	Saucisse végétarienne <b>Stoemp (Pdt locales)</b> aux carottes Yaourt aux fruits	Coquillettes Bolognaise végétarienne aux lentilles Bio Pomme	Croque au fromage Etuée de brocolis Crème vanille
lundi 08 mars	mardi 09 mars	mercredi 10 mars	jeudi 11 mars	vendredi 12 mars
Gratin de macaroni 4 fromages Barre bretonne	Clafoutis de courgettes au chèvre Salsifis sauce à l'ail & persil Poire	Nuggets de blé <u>Chou rouge</u> <b>Pdt natures</b> Fromage frais aux fruits	Riz cantonnais (Riz fairtrade) aux tofu (Maïs, petits pois, <u>champignons</u> ) Fruit	Poêlée de fèves à la ricotta et aux oignons <b>Purée</b> Pomme
lundi 15 mars	mardi 16 mars	mercredi 17 mars	jeudi 18 mars	vendredi 19 mars
Nems aux légumes Sauce curry doux - Ananas Boulgour Bio Yaourt au sucre de canne	Salade de farfalle aux petits légumes (petits pois, <u>haricots verts, carottes, navets</u> ) et fromage italien Fruit	Tranche de millet <u>Etuée de carottes</u> <b>Pommes vapeur</b> Pomme	Boulettes végétariennes sauce tomate et céleri Pâtes grecques au basilic Crème chocolat	<u>Poêlée de champignons et</u> Chou frisé <b>Pommes purée</b> Poire
lundi 22 mars	mardi 23 mars	mercredi 24 mars	jeudi 25 mars	vendredi 26 mars
Couscous végétarien <u>Légumes couscous (carottes, navets, céleri, oignons, pois chiches)</u> Semoule Flan caramel	Escalope de blé sce béarnaise Haricots verts <b>Pommes de terre natures</b> Pomme	Carbonnade au tofu fumé & pain d'épices <u>Compote de pommes</u> <b>Pommes de terre lamelles rôties</b> Yaourt aux fruits	Gratin de <u>cornettes</u> à la florentine & œufs durs Fruit	Risotto (riz fairtrade) <u>aux poireaux</u> & chicons Poire
lundi 29 mars	mardi 30 mars	mercredi 31 mars	<b>GREEN DEAL</b> Cantines Durables	
Saucisson végé à la pistache <u>Carottes râpées en salade</u> <b>Pdt vinaigrette</b> Petit yoplait aux fruits	Poêlée de flageolets au persil Stoemp lyonnais ( <b>Pdt + oignons</b> ) Banane Bio Fairtrade	Falafels Ratatouille Blé Pomme		



Aliments issus d'une agriculture responsable &amp; raisonnée

Produits de saison

Produits circuit court ou local en gras

Menu proposé sous réserve d'approvisionnement. Informations sur les allergènes au 065/400.740 (API Restauration) ou dans votre restaurant.

Menu validé par la diététicienne selon les exigences nutritionnelles en vigueur.