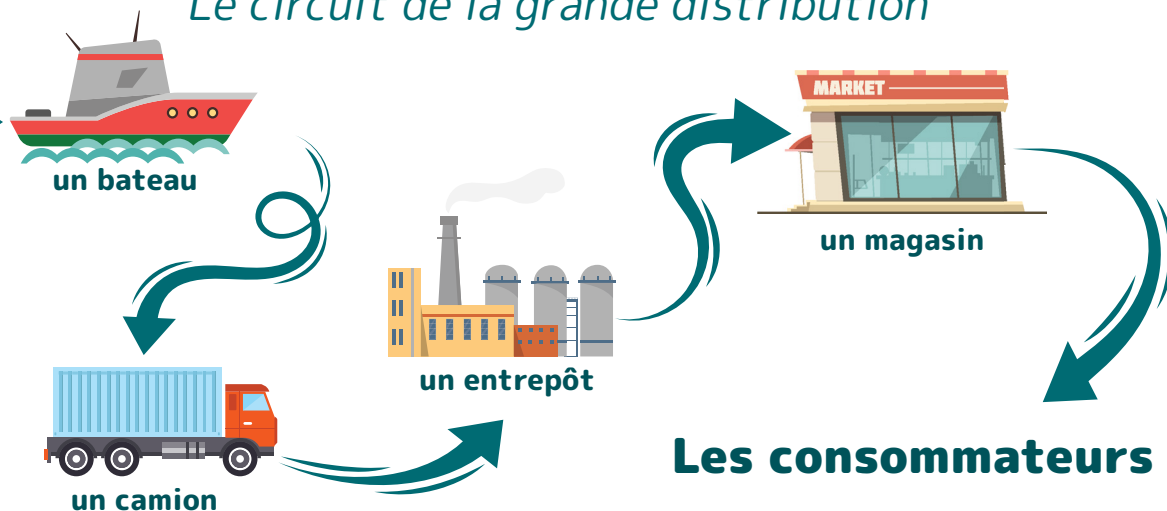




# TCO Service est ECO-FRIENDLY il achète en circuit court!

## Le circuit de la grande distribution



Suis le parcours d'un produit vendu en « circuit court » et d'un produit vendu dans le « circuit de la grande distribution ».

## Le producteur



## Le circuit court



Les produits que tu achètes en « circuit court » sont issus d'une agriculture locale. Ils sont meilleurs pour la santé et aussi pour l'environnement car ils ne parcourent pas des milliers de kilomètres pour se retrouver dans ton assiette.


**Bravo pour la planète!**


# MENU FEVRIER 2023

## ECOLES COMMUNALES DE UCCLE

		mercredi 01		jeudi 02		vendredi 03			
		Potage oignons BIO <i>Céleri</i>		Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>		Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>			
		 Choux de Bruxelles Sauté de porc Pommes de terre rôties <i>Gluten, lait, moutarde, céleri</i>		 Dahl de lentilles corail aux tomates et lait de coco Riz <i>Céleri</i>		Pâtes (complètes) au pesto vert Brocoli Emincés de dinde <i>Gluten, céleri, lait</i>			
		Fruit		Biscuit ( <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i> )		Fruit			
lundi 06		mardi 07		mercredi 08		jeudi 09		vendredi 10	
Potage carottes persil BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage Saint Germain BIO <i>Céleri</i>		Potage poivrons rouges BIO <i>Céleri</i>		Potage potiron BIO <i>Céleri</i>	
 Stoemp de chou rouge Saucisse végétarienne <i>Gluten, moutarde, lait</i>		 Pâtes à la Norvégienne (saumon, épinards et lentilles vertes) <i>Poissons, céleri, gluten, lait</i>		Salsifis à la crème Filet de cuisse de volaille Pommes de terre nature <i>Gluten, œufs, lait, céleri</i>		 Crudités de saison, dressing Chili sin carne (tomates, maïs, haricots rouges) Wraps / Riz <i>Gluten, céleri, lait, œufs, moutarde</i>		Cubes de céleri rave grillés Boulette de volaille Frites <i>Céleri, moutarde, gluten, œufs, lait, Arachides</i>	
Raisins secs		Yaourt <i>Lait</i>		Fruit		Chocolat <i>Lait, soja, fruits à coque</i>		Fruit	
lundi 13		mardi 14		mercredi 15		jeudi 16		vendredi 17	
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>		Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>		Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>		Potage céleri-rave BIO <i>Céleri</i>	
Carottes Vichy Burger de bœuf Pommes de terre nature <i>Gluten, lait, œufs, soja</i>		 Colombo de poissons (courgettes, tomates, lait de coco) Quinoa <i>Poissons, céleri, soja, moutarde, gluten</i>		Salade Liégeoise (haricots verts, dés de dinde, pommes de terre) <i>Oeufs, moutarde, céleri</i>		 Pâtes bolognaise de Quorn Fromage râpé <i>Gluten, céleri, lait, œuf</i>		 Choucroute saucisse de Frankfort Purée <i>Gluten, céleri, œufs, lait, moutarde</i>	
Yaourt <i>Lait</i>		Batonnets de Fromage <i>Lait</i>		Fruit		Biscuit <i>Gluten, lait, œufs, fruits à coque</i>		Fruit	

 : Plat végétarien

 : Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Hoki, Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, 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:** boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires (garanties d'origine belge de septembre à juin), pommes (garanties d'origine belge de septembre à juin), tomates pelées, huile d'olive.

**35% BIO:** repas avec minimum 20% d'ingrédients BIO. Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01)

**70% local:** repas avec 70% de produits locaux.

**ALLERGIES:** Pour toutes questions sur les allergènes présents dans nos repas, contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

