



Commune d'Etterbeek

Mars



Légumes du mois : poireaux

Des traces d'allergènes sont possibles dans toutes préparations. Cuisine de collectivité.

	2 au 06/03/2026	9 au 13/03/2026	16 au 20/03/2026	23 au 27/03/2026	30/03 au 03/04/2026
Lundi	Potage aux haricots blancs (céleri)	Potage aux épinards (céleri)	Potage aux pois cassés (céleri)	Bouillon de légumes et vermicelles (céleri,gluten,oeuf)	Potage andalou (céleri)
	Farfalle Poulet à la Toscane (crème de parmesan, tomates séchées, épinard)	Gratin de Jambon grillé au chou-fleur (purée)	Hamburger de bœuf grillé Sauce ketchup Mix de salades et crudités Frites	Rôti de porc Jus de viande au miel Haricots verts aux échalotes Pommes de terre nature	Curry de dinde au lait coco et Légumes poêlés Riz complet
	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Lait (y compris le lactose)	Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose)	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose),Moutarde,Oeufs,Soja,Sulfites	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Orge,Lait (y compris le lactose),Oeufs,Soja,Sulfites	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose),Moutarde,Graines de sésame,Soja
Mardi	Potage aux lentilles corail (céleri)	Potage aux carottes (céleri)	Potage aux navets (céleri)	Potage aux légumes verts (céleri)	Potage aux courgettes (céleri)
	Curry thaï aux légumes verts, lait de coco et citron vert avec du riz basmati	Omelette nature Salade mixte Spicy wedges au four	Coquillettes Sauce bolognaise au Quorn Fromage italien rapé	Boulettes à la sauce tomates Riz aux légumes mexicains	Chili de pommes de terre douces (haricot rouge, tomate, maïs, poivrons, cumin, origan)
	Fruit frais de saison	Yaourt entier aux fruits	Fruit frais de saison	Yaourt au sucre de canne	Fruit frais de saison
	Céleri	Lait (y compris le lactose),Oeufs	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose),Oeufs	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Orge,Avoine,Lait (y compris le lactose),Soja	Céleri
Mercredi	Potage aux salsifis (céleri)	Potage au céleri-rave (céleri)	Potage à la cressonnette (céleri)	Potage aux choux-fleurs et au curry (céleri)	Potage aux patates douces (céleri)
	Roulades de pangasius à la vapeur Potée aux poireaux	Lieu noir à la vapeur Potée aux choux de Savoie	Filet de poisson blanc à la vapeur Velouté de poisson Petits pois Purée de pommes de terre aux fines herbes	Filet de pollack à la vapeur Poireaux à la crème Pommes de terre nature	Filet de tilapia à la vapeur Potée aux panais
	Lait (y compris le lactose),Poissons	Céleri,Lait (y compris le lactose),Poissons	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Lait (y compris le lactose),Poissons	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose),Poissons	Céleri,Lait (y compris le lactose),Poissons
jeudi	Potage aux poireaux (céleri)	Potage aux tomates (céleri)	Potage au chou frisé (céleri)	Potage aux choux de Bruxelles (céleri)	Potage aux panais (céleri)
	Filet de quorn Épinards à la crème Pommes de terre nature	Spaghetti carbonara au tofu (oignon,parmesan, oeuf) Courgettes grillée	Burger de betteraves rouges Ratatouille Riz blanc	Omelette nature Pâtes grecques aux légumes méditerranéens	Spaghetti Sauce bolognaise aux lentilles Mozzarella rapée
	Fruit frais de saison	Fruit frais de saison	Fruit frais de saison	Fruit frais de saison	Fruit frais de saison
	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose)	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose),Oeufs,Soja	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Moutarde,Soja,Sulfites	Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Lait (y compris le lactose),Oeufs	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose),Oeufs
Vendredi	Potage aux oignons (céleri)	Potage aux lentilles vertes (céleri)	Potage cultivateur (céleri)	Potage aux lentilles blondes (céleri)	Potage aux pois chiches (céleri)
	Blanquette de dinde à l'estragon-moutarde (carottes, champignons) Pommes de terre nature	Couscous de poulet Semoule	Cordon bleu de dinde Potée aux carottes	Filet de poulet Jus de viande aux tomates séchées et courgettes Boullgour aux oignons rouges	Vol-au-vent (champignons) Frites
	Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Orge,Lait (y compris le lactose),Moutarde,Sulfites	Céleri,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Lait (y compris le lactose)	Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Lait (y compris le lactose),Soja	Céleri,Noix de cajou,Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Orge,Lait (y compris le lactose),Soja,Sulfites	Blé (comme épeautre et blé de khorasan),Seigle,Lait (y compris le lactose),Moutarde



Fruits de saison: Poire, pomme,

Légumes de saison: céleri vert, champignons, chicon, chou-fleur, chou frisé, cresson, échalote, épinard, soja, mâche, navet,oignons,persil, pleurotte, poireau, pommes de terre, radis, salade, salsifi

Produits certifiés bio: ananes, boulgour, brocolis, carottes, céleri rave, clémentines, courgettes, haricots, haricots secs, huile d'olive, kiwis, lait, lentilles mandarines, oignons, omelette, oranges, orge, pâtes : fusilli, penne blanc et complet, spaghetti blanc et complet; poireaux, poires, pois chiches, poivrons, polenta, pommes, quinoa, semoule, tofu, tomates en conserve : concassées, concentrées, pelées; yaourts
