



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

TCO SERVICE AIME
LES PRODUITS LOCAUX
ET DE QUALITE !

EN SE FOURNISSANT CHEZ PAYSANS-ARTISANS, TCO SERVICE SOUTIENS LES PETITS PRODUCTEURS !



Paysans-Artisans est une Coopérative de producteurs et de consommateurs.

Elle soutient la production de plus de 170 petits producteurs sur le territoire du Grand Namurois.

En plus de son système de vente en ligne, la coopérative compte aujourd'hui 8 petits magasins de quartier. Elle livre aussi des magasins à la ferme et des collectivités.

Chez Paysans-Artisans, les consommateurs connaissent les producteurs de leur alimentation. Des marchés, des visites, des conférences, des débats,... sont organisés afin de créer du lien et d'informer sur les dessous des cartes de la production industrielle.







**Paysans
Artisans**
Coopérative de producteurs et de consommateurs



TU VEUX MIEUX CONNAÎTRE LA COOPÉRATIVE « PAYSANS-ARTISANS »
ET SES PRODUCTEURS? RENDEZ-VOUS SUR LEUR SITE PAYSANS-ARTISANS.BE




MENU DECEMBRE 2023

ECOLE COMMUNALES DE UCCLÉ

				vendredi 1
				Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>
				Potée au chou vert Filet de poulet <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>
				Fruit
lundi 4	mardi 5	mercredi 6	jeudi 7	vendredi 8
Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage panais BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>
Chou rouge aux pommes Filet de Quorn Pommes de terre nature <i>Gluten (blé), œufs, céleri</i>	Potée aux carottes Fish Stick <i>Gluten (blé, seigle), poissons, lait</i>	Poireaux à la crème Blanc de volaille Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>	Curry de pois chiches à l'indienne (chou-fleur, carottes, poireaux, oignons , pois chiches, lait de coco) Riz <i>Lait, céleri, moutarde</i>	Crudités , vinaigrette Burger de bœuf Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, moutarde</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Spéculoos <i>Gluten (blé, épeautre), soja, lait</i>	Fruit	Fromage <i>Lait</i>	Fruit
lundi 11	mardi 12	mercredi 13	jeudi 14	vendredi 15
Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage oignons BIO <i>Céleri</i>	Potage épinards BIO <i>Céleri</i>	Potage carottes BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>
Champignons Vol-au-vent de volaille Frites <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri, arachides</i>	Potée aux potimarrons Filet de Hoki <i>Gluten (blé), poissons, soja, lait, céleri</i>	Tajine aux légumes (carottes , courgettes) Dés de volaille Pommes de terre <i>Œufs, céleri</i>	Pennes (complètes) Courgettes au pesto Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 Choudou crémé Sauté de porc Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Chocolat <i>Lait</i>	Fruit
lundi 18	mardi 19	mercredi 20	jeudi 21	vendredi 22
Potage céleri BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>	Potage brunoise BIO <i>Céleri</i>	Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>
Carottes Carbonnade de bœuf Orge perlé <i>Gluten (blé, orge), lait, céleri, moutarde</i>	 Crudités , vinaigrette Filet de colin Pommes de terre nature <i>Gluten (blé), œufs, poissons, soja, céleri, moutarde</i>	 Potée aux choux de Bruxelles Falafels <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>	 Ratatouille d'hiver (tomates, carottes, champignons) Omelette Riz <i>Œufs, lait, céleri</i>	 Poires au sirop Rôti de dinde, sauce aux aïrelles Gratin dauphinois <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, céleri</i>
Yaourt <i>Lait</i>	Fruit	Fruit	Fruit	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>

Bientôt
St-Nicolas

Noël

 : Plat végétarien
 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, 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, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).
 Certifié par www.certisys.eu (BE-BIO-01).
70% local: 70% 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. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.