

# Décembre 2025

## MENU SANS VIANDE

Bon appétit !



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>1</b> Potage <b>panais</b> <sup>9</sup>  Bouchées végétales <sup>1(m,o),3,9</sup> Haricots verts aux échalotes Pommes de terre nature  Fruit	<b>2</b> Potage épinards <sup>9</sup>  Sauce pois chiches à l'italienne (tomates, courgette, <b>carottes</b> <sup>1(m),7</sup> Pâtes complètes <sup>1(m)</sup>  Dessert lacté <sup>7</sup>	<b>3</b> Potage <b>champignons</b> <sup>9</sup>  Roulé végétal <sup>1(m),3,9</sup> Compote de <b>pommes</b> Gratin dauphinois <sup>1(m),7</sup>  Fruit	<b>4</b> Potage chou fleur <sup>9</sup>  Emincé végétarien <sup>1(m),3</sup> Bouillon de légumes <sup>1(m),9</sup> <b>(oignons, panais, champignons)</b> Brocoli à la crème <sup>1(m),7</sup> Riz  Dessert lacté <sup>7</sup>	<b>5</b> Potage <b>poireau</b> <sup>9</sup>  Fish tick <sup>1(m),4</sup> Sauce tartare <sup>3,10,12</sup> Potée <b>potirons</b> <sup>7</sup>  Dessert de Saint Nicolas <sup>1(m),3,5,6,7,8 (a,b,c,d,e,f,g,h),11</sup>
<b>8</b> Potage <b>navets</b> <sup>9</sup>  Aiguillette de blé panée <sup>1(m),3</sup> Mélange de légumes oubliés <b>(topinambour, céleri rave, panais,</b> <b>potiron, carottes &amp; oignons rouges)</b> Pommes de terre nature  Fruit	<b>9</b> Potage tomates <sup>9</sup>  Gratin de pâtes complètes au fromage (épinards, <b>champignons</b> ) <sup>1(m),7</sup>  Dessert lacté <sup>7</sup>	<b>10</b> Potage <b>céleri rave</b> <sup>9</sup>  Colin <sup>4</sup> Sauce citronnée <sup>1(m),2,4,7,9,12</sup> Potée <b>choux de Bruxelles</b> <sup>7</sup>  Fruit	<b>11</b> Potage brocoli <sup>9</sup>  Boulettes végétariennes sauce tomates <sup>1(m),9</sup> Croquettes <sup>7</sup>  Dessert lacté <sup>7</sup>	<b>12</b> Potage patate douce <sup>9</sup>  Waterzooi de poisson <sup>1(m),4,7</sup> <b>(carottes, poireau, céleri rave)</b> Riz  Fruit
<b>15</b> Potage courgette <sup>9</sup>  Soja mijoté aux légumes de saison ( <b>céleri rave, potiron,</b> <b>panais</b> ) <sup>1(m),6,7,9</sup> Semoule <sup>1(m)</sup>  Fruit	<b>16</b> Potage épinards <sup>9</sup>  Omelette <sup>3,7</sup> Chou fleur gratiné <sup>1(m),7</sup> Pommes de terre campagnardes  Dessert lacté <sup>7</sup>	<b>17</b> Potage parmentier <sup>9</sup>  Lasagne végétarienne (quorn) <sup>1(m),3,7,9</sup>  Fruit	<b>18</b> Potage <b>carottes</b> <sup>9</sup>  Vol-au-vent végétarien (émincés de blé, <b>champignons</b> ) <sup>1(m),3,7,9</sup> Pommes de terre nature  Dessert lacté <sup>7</sup>	<b>19</b> Velouté de <b>panais</b> <sup>7,9</sup>  Médaillon de limande et saumon <sup>4</sup> Sauce homardine <sup>1(m),2,4,7</sup> Potée patate douce et <b>butternut</b> <sup>7</sup>  Biscuit <sup>1(m),3,5,6,7,8 (a,b,c,d,e,f,g,h),11</sup>

Joyeuses fêtes !



Avenue Jean Sobieski 13, 1020 Bruxelles  
 Tél: 02/545.13.88 ou 02/545.13.84  
[www.lescuisinesbruxelloises.be](http://www.lescuisinesbruxelloises.be)

LES CUISINES  
 BRUXELLOISES  
 DE BRUSSELSE  
 KEUKENS



BE-BIO-03

FR-SVI

# INFORMATIONS SUR LES ALLERGÈNES

Conformément à l'arrêté royal du 17 juillet 2014, nous vous informons de la présence de certains allergènes dans les plats que nous proposons.

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par courriel à l'adresse suivante **lcb-dbk-info-diet@restobru.be** ou

par téléphone au **02/430.64.53**

Étant donné la grande variété d'ingrédients que nous utilisons en cuisine, nous ne pouvons pas garantir l'absence de contaminations croisées en matière d'allergènes.

Pour connaître les allergènes présents dans nos menus, une numérotation est indiquée à côté des aliments. Les chiffres sont repris dans le tableau ci-contre.

Des modifications peuvent intervenir dans les menus proposés.

Nous restons attentifs à vos remarques et suggestions.

## LÉGENDE MENU

**Texte en gras** : fruits & légumes de saison

**Ingrédients BIO** : carotte cube & rondelle, courgette cube, haricot princesse cassé, tomate cube, tomate concentrée, tomate pulpe, couscous blanc, pâte grecque, pâte Penne blanche, pâte Fusilli blanche, pomme de terre cube, lentille verte, pois chiche, haricot rouge, huile d'olive extra vierge, cumin moulu, noix de muscade moulu, laurier moulu, curcuma, oignon poudre, origan, paprika doux poudre, romarin poudre, fruits en dessert (abricot, banane, mandarine/clémentine, kiwi, orange, nectarine, pêche, pomme, prune).

## LÉGENDES DES ALLERGÈNES

### 1 (\*M,N,O,P,Q,R)

#### GLUTEN

- M** Blé
- N** Seigle
- O** Orge
- P** Epeautre
- Q** Kamut
- R** Avoine

### 2 CRUSTACÉS

### 3 OEUFS

### 4 POISSONS

### 5 ARACHIDES

### 6 SOJA

### 7 LAIT & PRODUITS À BASE DE LACTOSE

### 8 (\*A,B,C,D,E,F,G,H,I)

#### FRUITS À COQUE

- A** Amandes
- B** Noisettes
- C** Noix
- D** Noix de cajou
- E** Noix de pécan
- F** Noix du Brésil
- G** Pistaches
- H** Noix de Macadamia
- I** Noix du Queensland

### 9 CÉLERI

### 10 MOUTARDE

### 11 SÉSAME

### 12 SULFITES

### 13 LUPIN

### 14 MOLLUSQUES