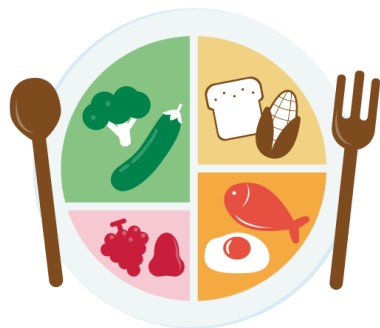


# NOVEMBRE 2025

## MENU SANS VIANDE

Bon appétit!



### LUNDI

**3** Potage **céleri-rave**<sup>9</sup>  
Dés de quorn au thym <sup>1(m).3.9</sup>  
Sauce de légumes <sup>1(m).9</sup>  
**Carottes** au miel  
Pommes de terre sautées  
Fruit

**10** Potage courgettes<sup>9</sup>  
Blanquette de haricots blancs à l'ancienne (**champignons, carottes, oignons**) <sup>1(m).7.12</sup>  
Riz  
Dessert lacté<sup>7</sup>

**17** Potage minestrone<sup>9</sup>  
Spezzatino di manzo al pomodoro (seitan mijoté dans sauce tomates, **carottes, céleri, oignons, herbes**) <sup>1(m).3.9</sup>  
Riz  
Fruit

**24** Potage **céleri-rave**<sup>9</sup>  
Nuggets végétariens <sup>1(m).o).6</sup>  
Compote de **pommes**  
Purée pommes de terre<sup>7</sup>  
Fruit

### MARDI

**4** Potage petits pois<sup>9</sup>  
Penne aux fromages (emmental, cheddar), **butternut & épinards** <sup>1(m).7</sup>  
Dessert lacté<sup>7</sup>

**11** **CONGÉ**  


**18** Potage **chou fleur**<sup>9</sup>  
Bouchées végétariennes aux **épinards** et fromage <sup>1(m).7</sup>  
Potée **chou Romanesco**<sup>7</sup>  
Dessert lacté<sup>7</sup>

**25** Potage **poireau**<sup>9</sup>  
Bolognaise végétarienne maison (lentilles) <sup>1(m).3.9</sup>  
Fromage râpé<sup>7</sup>  
Fusilli <sup>1(m)</sup>  
Dessert lacté<sup>7</sup>

### MERCREDI

**5** Potage **navets**<sup>9</sup>  
Saucisse végétarienne <sup>1(m).6</sup>  
Potée **panais**<sup>7</sup>  
Fruit

**12** Potage **panais**<sup>9</sup>  
Bouchées végétales <sup>1(m).3</sup>  
Potée **choux de Bruxelles**<sup>7</sup>  
Fruit

**19** Potage **oignons**<sup>9</sup>  
Burger végétal (primaire) <sup>1(m).o).3.6</sup>  
Bouchées végétariennes (maternel) <sup>1(m).o).3.6</sup>  
**Chou rouge** aux **pommes** <sup>1(m).12</sup>  
Pommes de terre rissolées  
Fruit

**26** Potage poivrons<sup>9</sup>  
Bouchées végétariennes tomates & fromage de chèvre <sup>1(m).3.7</sup>  
Gratin de **chou fleur** <sup>1(m).7</sup>  
Pommes de terre nature  
Fruit

### JEUDI

**6** Potage **épinards**<sup>9</sup>  
Tajine automnal (pois chiches, **céleri-rave, oignons, carottes, poireau**) <sup>1(m).9</sup>  
Semoule <sup>1(m)</sup>  
Dessert lacté<sup>7</sup>

**13** Potage **poireau**<sup>9</sup>  
Youvetsi végétarien (lanières végétales, tomates, **céleri-rave, carottes, poireau, céleri, oignons**) <sup>1(m).6.9</sup>  
Pâtes grecques <sup>1(m)</sup>  
Dessert lacté<sup>7</sup>

**20** Crème de **brocoli**<sup>7.9</sup>  
Vol-au-vent végétarien (émincés végétariens, **champignons**) <sup>1(m).3.6.7</sup>  
Frites  
Biscuit <sup>1(m).3.5.6.7.8 (a,b,c,d,e,f,g,h).11</sup>

**27** Potage patates douces<sup>9</sup>  
Paëlla verdura (petits pois, **oignons, poivrons, quorn**) <sup>1(m).3.9</sup>  
Dessert lacté<sup>7</sup>

### VENDREDI

**7** Potage tomates<sup>9</sup>  
Cabillaud <sup>4</sup>  
Sauce citron <sup>1(m).2.4.7.10.12</sup>  
**Brocoli** au beurre<sup>7</sup>  
Pommes de terre nature  
Fruit

**14** Potage **potiron**<sup>9</sup>  
Filet de hoki <sup>4</sup>  
Sauce à la ciboulette <sup>1(m).3.7</sup>  
Courgettes sauce fromage frais <sup>1(m).3.7</sup>  
Purée pommes de terre<sup>7</sup>  
Fruit

**21** Potage **butternut**<sup>9</sup>  
Accras de morue <sup>1(m).3.4</sup>  
Ratatouille de légumes (courgettes, tomates, **oignons, aubergines, poivrons**) <sup>1(m).9</sup>  
Pâtes <sup>1(m)</sup>  
Fruit

**28** Potage **champignons**<sup>9</sup>  
Lieu noir<sup>4</sup>  
Sauce au thym <sup>1(m).3.7</sup>  
**Carottes** vichy<sup>7</sup>  
Pommes de terre rissolées  
Fruit



Avenue Jean Sobieski 13, 1020 Bruxelles  
Tél: 02/545.13.88 ou 02/545.13.84  
www.lescuisinesbruxelloises.be

LES CUISINES  
BRUXELLOISES  
DE BRUSSELSSE  
KEUKENS



BE-BIO-03

FR-SVVW

# 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