

OCTOBRE 2025

MENU AVEC VIANDE

LUNDI

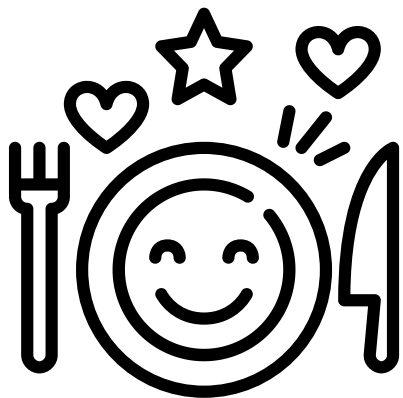
MARDI
MENU VÉGÉTARIEN

MERCREDI

JEUDI
MENU VÉGÉTARIEN

VENDREDI

Bon appétit!



6 Potage **chou blanc**-curry^{9,10}
Filet de poulet
Sauce à l'estragon^{1(m),9}
Poêlée d'**haricots** échalotes
Pommes de terre nature
Fruit

7 Potage **oignons**⁹
Boulettes végétariennes
à la sauce tomates^{1(m),3}
Pâtes complètes^{1(m)}
Dessert lacté⁷

13  Potage **carottes**⁹
Boulettes à la liégeoise^{1(m),12}
Pommes de terre nature
Fruit

14 Potage **panais**⁹
Emincé végétarien^{1(m),3}
Ratatouille^{1(m),9}
(**oignons, tomates, aubergines, courgette, poivrons**)
Fusilli^{1(m)}
Dessert lacté⁷

1 Potage **poireaux**⁹
Clafoutis salé^{3,7,9}
(lardinettes de dinde, œuf, **poivrons**)
Fruit

8 Potage **brocoli**⁹
Beefburger
Sauce viande^{1(m),9}
Chou rave aux beurre
et miel⁷
Purée pommes de terre⁷
Fruit


15 Potage **oignons**⁹
Sauté de porc
Sauce moutarde^{1(m),9,10}
Potée **épinards**⁷
Fruit

2 Potage **champignons**⁹
Pâtes sauce aux 3 fromages
(grana padano, emmental, mozzarella) et légumes
(**carottes, épinards, courgette**)^{1(m),3,7}
Biscuit^{1(m),3,5,6,7,8 (a,b,c,d,e,f,g,h),11}

9 Potage **céleri rave**⁹
Carbonade au quorn^{1(m),3,7,10}
Croquettes⁷
Dessert lacté⁷

16  Potage **butternut**⁹
Riz à la cantonaise³
(œuf, **carottes, brocoli, oignons**)
Fruit BIO local

3 Potage **navets**⁹
Filet de hoki MSC⁴
Sauce poisson ciboulette^{1(m),2,4,7,10,12}
Potée **chou vert**⁷
Fruit

10  Crema de calabacin^{7,9}
(veloulé de **courgette**)
Paëlla del Mar^{1(m),2,4}
(colin MSC, **poivrons**, petits pois)
Fruit

17 Potage **tomates**⁹
Saumon ASC⁴
Coulis de **brocoli**^{1(m)}
Brocoli
Pommes de terre au four
Dessert lacté⁷



Bonnes vacances
d'automne!



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

LES CUISINES
BRUXELLOISES
DE BRUSSELSE
KEUKENS



BE-BIO-03

FR-AVI

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

MSC ou ASC = pêche ou aquaculture durable

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, biscuit cookie, fruits en dessert sauf la poire, desserts lactés.

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