

ELK SEIZOEN HEEFT ZIJN FRUIT EN GROENTEN

Elk seizoen heeft zijn genoegens.
Fruit en groenten groeien en rijpen
dus op verschillende tijden
van het jaar.

















Koop exotisch Fairtrade fruit!
Hierdoor kunnen producenten
een eerlijk loon verdienen.

**FAIR
TRADE
ON
BOARD**

© BTCTB

Koppel het fruit of de groente aan het juiste seizoen met een pijl

Het gaat enkel om groenten en fruit uit België!

		
appel/peer <input type="radio"/>	Zomer	biet <input type="radio"/>
		
aardbei <input type="radio"/>	Lente	tomaat <input type="radio"/>
		
kers <input type="radio"/>	Herfst	prei <input type="radio"/>
		
walnoot/hazelnoot <input type="radio"/>	Winter	pompoen <input type="radio"/>
		
rabarber <input type="radio"/>		courgette <input type="radio"/>
		
asperges <input type="radio"/>		bloemkool <input type="radio"/>

Controleer
je antwoorden
op de website



Van 2 tot 12 oktober : de Fair Trade week !


Voor meer informatie: <https://semaineducommerceequitable.be/>
TCO SERVICE neemt deel. Op 12/10 is het menu gebaseerd op fairtrade producten.


MENU OKTOBER 2024


GEMEENTESCHOLEN VAN SCHAARBEEK

Fair Trade menu

	dinsdag 1 oktober	woensdag 2 oktober	donderdag 3 oktober	vrijdag 4 oktober
	Tomatensoep <i>Selderij</i>	Spinaziesoep <i>Selderij</i>	Preisoep <i>Selderij</i>	Rode linzensoep <i>Selderij</i>
	Wortelen Kabeljauwfilet Met peterselie bestrooide <i>Gluten (tarwe, rogge), vis, soja, selderij</i>	Prel met roomsaus Worst Natuur aardappelen <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, melk, selderij, mosterd</i>	Koeskoes van groenten van de chef (wortelen, courgettes, kikkererwten) Griesmeel <i>Gluten (tarwe), selderij</i>	Prinsessenbonen Kip curry met kokosmelk Fair Trade rijst 
	Wortelen Falafels Met peterselie bestrooide <i>Gluten (tarwe), selderij</i>	Prel met roomsaus Quornfilet Natuur aardappelen <i>Gluten (tarwe), melk, selderij, eieren</i>	Koeskoes van groenten van de chef (wortelen, courgettes, kikkererwten) Griesmeel <i>Gluten (tarwe), selderij</i>	Curry van groenten (wortelen, prinsessenbonen, linzen, kokosmelk) Fair Trade rijst <i>Gluten (tarwe), selderij, mosterd</i>
	Fruit <i>Gluten (tarwe), selderij</i>	Fruit <i>Gluten (tarwe), melk, selderij, eieren</i>	Kaas <i>Melk</i>	Fruit <i>Gluten (tarwe), selderij, mosterd</i>
FAIR TRADE WEEK				
maandag 7 oktober	dinsdag 8 oktober	woensdag 9 oktober	donderdag 10 oktober	vrijdag 11 oktober
Broccoli soep <i>Selderij</i>	Butternutsoep <i>Selderij</i>	Uiensoep <i>Selderij</i>	Wortelsoep <i>Selderij</i>	Groene selderijsoep <i>Selderij</i>
Courgettes met pesto Varkensspiering Quinoa <i>Gluten (tarwe, gerst), melk, selderij, mosterd</i>	Rauwkost , vinaigrette Pollakfilet Aardappelpuree <i>Gluten (tarwe, rogge), eieren, vis, soja, melk, selderij, mosterd</i>	Bloemkool Kipfilet Gebakken aardappelen <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, melk, selderij</i>	Kantonese rijst vegetarisch (erwtjes, uien , eieren.....) <i>Eieren, selderij</i>	Pasta Bolognaise van rundsvlees (tomaten, wortelen, uien) Geraspte kaas <i>Gluten (tarwe), eieren, soja, melk, selderij</i>
Courgettes met pesto Vegetarische balletjes Quinoa <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, soja, melk, selderij, mosterd</i>	Rauwkost , vinaigrette Hardgekookt ei Aardappelpuree <i>Eieren, melk, selderij, mosterd</i>	Bloemkool Kaasstaafjes Gebakken aardappelen <i>Melk, selderij</i>	Vegetarische Kantonese rijst (erwtjes, uien , eieren.....) <i>Eieren, selderij</i>	Pasta Tomatensaus met linzen Geraspte kaas <i>Gluten (tarwe), melk, selderij</i>
Melkdesserts <i>Melk</i>	Fruit	Fruit	Koekje <i>Gluten (tarwe, haver, spelt), eieren, melk, dopvruchten (amandelen, hazelnoten, walnoten)</i>	Fruit
FAIR TRADE WEEK				
maandag 14 oktober	dinsdag 15 oktober	woensdag 16 oktober	donderdag 17 oktober	vrijdag 18 oktober
Kervelsoep <i>Selderij</i>	Tomatensoep <i>Selderij</i>	Kikkererwtensoepp <i>Selderij</i>	Preisoep <i>Selderij</i>	Spinaziesoep <i>Selderij</i>
Geraspte wortelen , vinaigrette Kippenballetje Natuur aardappelen <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, melk, selderij, mosterd</i>	Prinsessenbonen Koolvisfilet Aardappelen in de schil <i>Gluten (tarwe, rogge), vis, soja, melk, selderij</i>	Broccoli Gekarameliseerd varkensgebraad Bulgur <i>Gluten (tarwe, gerst), melk, selderij, mosterd</i>	Chili sin carne (tomaten, wortelen, maïs) rode bonen) Rijst <i>Selderij</i>	Stoofpotje van pasta (volkoren) met pompoen en kippenblokjes Geraspte kaas  <i>Gluten (tarwe), eieren, melk, selderij</i>
Geraspte wortelen , vinaigrette Quornfilet Natuur aardappelen <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, soja, melk, selderij, mosterd</i>	Prinsessenbonen Hardgekookt ei Aardappelen in de schil <i>Eieren, melk</i>	Broccoli Vegetarische burger Bulgur <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, soja, melk, selderij, mosterd</i>	Chili sin carne (tomaten, wortelen, maïs) rode bonen) Rijst <i>Selderij</i>	Stoofpotje van pasta (volkoren) met pompoen en rode linzen Geraspte kaas <i>Gluten (tarwe), melk, selderij</i>
Melkdesserts <i>Melk</i>	Fruit	Fruit	Fruit	Koekje <i>Gluten (tarwe, haver, spelt), eieren, melk, dopvruchten (amandelen, hazelnoten, walnoten)</i>
FAIR TRADE WEEK				
maandag 21 oktober	dinsdag 22 oktober	woensdag 23 oktober	donderdag 24 oktober	vrijdag 25 oktober
Broccoli soep <i>Selderij</i>	Pompoensoep <i>Selderij</i>	Wortelsoep <i>Selderij</i>	Uiensoep <i>Selderij</i>	Tomatensoep <i>Selderij</i>
Erwten, tomatensaus Kipfilet Griesmeel <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, melk, selderij</i>	Rauwkost , dressing Fish sticks Puree <i>Gluten (tarwe, rogge), eieren, vis, melk, selderij, mosterd</i>	Prinsessenbonen Rundsburger Gebakken aardappelen <i>Gluten (tarwe, gerst), melk, selderij</i>	Pasta Courgettes -pesto saus <i>Gluten (tarwe), melk, selderij</i>	Vol-au-vent met champignons Rijst <i>Gluten (tarwe), eieren, melk, selderij</i>
Stoofpotje van linzen met tomaten en erwtjes Griesmeel <i>Gluten (tarwe), selderij</i>	Rauwkost , dressing Omelet Puree <i>Eieren, melk, selderij, mosterd</i>	Prinsessenbonen Vegetarische burger Gebakken aardappelen <i>Gluten (tarwe, gerst), eieren, soja, melk, selderij, mosterd</i>	Pasta Courgettes -pesto saus <i>Gluten (tarwe), melk, selderij</i>	Vol-au-vent van Quorn met champignons Rijst <i>Gluten (tarwe), eieren, melk, selderij</i>
Melkdesserts <i>Melk</i>	Fruit	Fruit	Koekje <i>Gluten (tarwe, haver, spelt), eieren, melk, dopvruchten (amandelen, hazelnoten, walnoten)</i>	Fruit

 : Vegetarische schotel

 : vis met MSC/ASC label (duurzame visvangst) : Koolvis, pollak, kabeljauw, zalm, hoki, fish stick

 : Schotel bevattende varkensvlees

Seizoensproducten volgens de seizoenskalender voor groenten en fruit van Leefmilieu Brussel/BioWallonie

100% BIO: bulgur, witte en rode bonen, witte, rode en groene linzen, kikkererwten, gierst, pasta, eieren, omeletten, quinoa, griesmeel, bananen, clementines, kiwi's, mandarijntjes, sinaasappelen, peren, appels, gepelde tomaten, olijfolie, pure/melkchocolade (reep), rundsburger, kippenballetje, natuurlijke yoghurt, melk, verse wortelen (schijfjes/blokjes).

Erkend door www.certisys.eu (BE-BIO-01)

70% lokaal: 70% van de ingrediënten zijn van lokale oorsprong.

Allergenen met vermeldingsplicht worden cursief weergegeven op het menu (Belgisch Koninklijk Besluit 17/07/2014). Deze zijn aanwezig als ingrediënten in het menu. Aangezien onze maaltijden in een grootkeuken worden bereid, kunnen we de afwezigheid van sporen van andere allergenen niet garanderen. Voor alle verdere inlichtingen, contacteer onze diëtiste via e-mail: allergie@tcoservice.com. Ze zal u zo snel mogelijk antwoorden.

