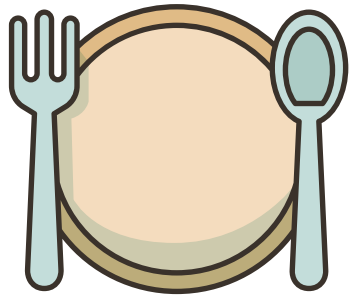











# Juillet 2026 - Plaines de vacances



Bon appétit !




LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>6</b>  Nuggets végétariens 1(m,o).6 Potée <b>brocoli</b> 7 Fruit	<b>7</b> Waterzooï de poisson aux petits légumes 1(m).4.7.12 Riz pilaf Biscuit 1(m).3.5.6.7.8 (a,b,c,d,e,f,g,h).11	<b>8</b> Hamburger de bœuf Ketchup Salade <b>tomates</b> et <b>concombre</b> Child potatoes Fruit	<b>9</b>  Falafels 1(m) <b>Carottes</b> aux échalotes Pommes de terre Dessert lacté 7	<b>10</b> Penne aux pois chiches, <b>courgettes &amp; tomates</b> 1(m).7.12 Fruit
<b>13</b>  Lasagne végétarienne 1(m).3.7.9.12 Fruit	<b>14</b> Fish sticks 1(m).4 Potée <b>épinards</b> 7 Biscuit 1(m).3.5.6.7.8 (a,b,c,d,e,f,g,h).11	<b>15</b> Emincé de poulet <b>Petits pois</b> à la française Pommes de terre sautées Fruit	<b>16</b>  Couscous végétarien (pois chiches & légumes couscous) 12 Semoule 1(m) Dessert lacté 7	<b>17</b> Saucisse d'agneau Sauce à l'estragon 1(m).9 <b>Haricots verts</b> Pommes de terre Fruit
<b>20</b>  Boulettes végétariennes à la sauce tomates 1(m).12 Riz Biscuit 1(m).3.5.6.7.8 (a,b,c,d,e,f,g,h).11	<b>21</b>  <b>FERMÉ</b>	<b>22</b> Escalope de poulet Sauce volaille 1(m).9.12 Compote Croquettes 7 Fruit	<b>23</b>  Omelette 3.7 <b>Chou fleur</b> Pommes de terre aux herbes Dessert lacté 7	<b>24</b> Médaillon de limande 4 Sauce hollandaise 1(m).7 Potée aux <b>bettes</b> et pommes Fruit
<b>27</b>  Youvetsi de pois chiches 1(m).12 Quinoa Fruit	<b>28</b> Colin d'Alaska 4 Sauce au thym 1(m).4.7 Potée <b>brocoli</b> 7 Biscuit 1(m).3.5.6.7.8 (a,b,c,d,e,f,g,h).11	<b>29</b> Pâtes bolognaise pur bœuf 1(m).9.12 Fromage râpé 7 Fruit	<b>30</b>  Bouchées panées de blé, épinards et emmental 1(m).7 <b>Haricots</b> au beurre 7 Pommes de terre nature Dessert lacté 7	<b>31</b> Pilon de poulet Ketchup Crudités mixtes Pommes duchesse 7 Fruit

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

LES CUISINES  
 BRUXELLOISES  
 DE BRUSSELE  
 KEUKENS

**En gras** : fruits & légumes de saison

 Menu végétarien

Poissons issus de pêcheries durables (certifiées MSC/ASC par notre fournisseur)

**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.



BE-BIO-03

# 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](mailto: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.



LES CUISINES  
BRUXELLOISES  
DE BRUSSELS  
KEUKENS

## 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

