

Menu van oktober 2020

Scholen van Molenbeek



maandag 28 september 2020	dinsdag 29 september 2020	woensdag 30 september 2020	donderdag 1 oktober 2020	vrijdag 2 oktober 2020
<p><u>Pastinaak</u> soep (*) 10 Omelet (*) 2, 5 Stampot van <u>Spinazie</u> 2, 10</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Andalousische</u> soep (*) 10 Rundsstoofvlees op Luikse wijze 2, 5, 11, 13 Aardappelen</p> <p>Gesuikerde kaas</p>	<p><u>Brocoli</u> soep (*) 10 Gevogelte worst (*) Compote Zanzibar Puree met fijne kruiden 2, 8</p> <p>Vanille pudding</p>	<p><u>Bloemkool</u> soep (*) 10 <u>Chili sin carne</u> (V) 8, 10 <u>Boulghour</u> (*) met groenten 1, 10</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Wortel</u> soep (*) 10 Witte visfilet 6, 10 <u>Groene boontjes</u> (*) Aardappelen</p> <p><u>Fruit frais</u></p>
maandag 5 oktober 2020	dinsdag 6 oktober 2020	woensdag 7 oktober 2020	donderdag 8 oktober 2020	vrijdag 9 oktober 2020
<p><u>Parmentier</u> soep(*) 10 Rundsdaube op mediterrane wijze 2, 5 <u>Wortelen</u> (*) <u>Gebakken aardappelen</u> (*)</p> <p><u>Compote</u> BIO</p>	<p><u>Ajuin</u> soep (*) 10 <u>Quorn schnitzel</u> (V) 1, 5 <u>rode kool met appelen</u> Aardappelen</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>groene selder</u> soep (*) 10 <u>Schelpjes</u> (*) 1 Napolitaanse saus met kalkoen en groenten 2</p> <p>Kaas met fruit</p>	<p><u>Prei</u> soep (*) 10 <u>Vegetarische burger maison</u> (V) 1, 5, 8 <u>Brocoli coulis</u> 2, 8, 10 Rijst met groenten 8, 10</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Rapen</u> soep (*) 10 Fish-sticks (MSC) 1, 6 Tartaarsaus 5, 11 Seizoenssalade met radijzen 5, 11 Aardappelen <u>BIO vanille yoghurt</u></p>
maandag 12 oktober 2020	dinsdag 13 oktober 2020	woensdag 14 oktober 2020	donderdag 15 oktober 2020	vrijdag 16 oktober 2020
<p><u>Ajuin</u> soep (*) 10 <u>Penne</u> (*) 1 Kalkoen carbonara met <u>champignons</u> 2, 8 Geraspte kaas 2 <u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Venkel</u> soep (*) 10 Gegrilde visfilet (MSC) 6 julienne saus 2, 10 Stampot van <u>Prei</u> 2, 8, 10 Chocolade pudding</p>	<p><u>Courgetten</u> soep (*) 10 Rundsstoofvlees op Luikse wijze 2, 5, 11, 13 <u>Wortelen</u> (*) Aardappelen <u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Kervel</u> soep (*) 10 <u>Groentencouscous</u> met <u>kikkererwten</u> (*) (V) 1, 10 <u>Tarwegriesmeel</u> (*) 1, 10</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Pastinaak</u> soep (*) 10 Gevogelballetjes 1 Tompatensaus <u>Groene boontjes</u> (*) Aardappelen <u>BIO aardbeien yoghurt</u></p>
maandag 19 oktober 2020	dinsdag 20 oktober 2020	woensdag 21 oktober 2020	donderdag 22 oktober 2020	vrijdag 23 oktober 2020
<p><u>Spinazie</u> soep (*) 10 Cheesburger 1, 2, 5 (rund/gevogelte) <u>Brocoli met look</u> (*) <u>Gebakken aardappelen</u> (*) Flan caramel</p>	<p><u>Parmentier</u> soep(*) 10 Kipfilet 2 Tomatensaus met <u>venkel</u> <u>Luikse</u> stampot 2, 10 <u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Bloemkool</u> soep (*) 10 <u>Quorn schnitzel</u> (V) 1, 5 Currysous met ananas 2, 8, 10 <u>Wortelen</u> (*) Tarwe (*) 1, 10 <u>BIO gedroogde rozijnen</u></p>	<p><u>Brocoli</u> soep (*) 10 <u>Schelpjes</u> (*) 1 <u>Vegetarische bolognaise</u> (soja) (V) 8, 10 Geraspte kaas 2 <u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Tomaten</u> soep (*) 10 Vis op Oostendse wijze 1, 2, 3, 6, 10 <u>Erwtjes</u> (*) Puree 2, 8 <u>BIO frambozen yoghurt</u></p>
maandag 26 oktober 2020	dinsdag 27 oktober 2020	woensdag 28 oktober 2020	donderdag 29 oktober 2020	vrijdag 30 oktober 2020
<p><u>Rapen</u> soep (*) 10 <u>Penne</u> (*) 1 Milanese saus 1, 2, 5, 8, 10 Geraspte kaas 2</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Pastinaak</u> soep (*) 10 Vis meunière 1, 6 Stampot van <u>brocoli</u> 2, 8, 10</p> <p>Liègeois</p>	<p><u>Prei</u> soep (*) 10 Omelet (*) 2, 5 Seizoenssalade met radijzen 5, 11 Aardappelen</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p><u>Parmentier</u> soep(*) 10 <u>Vegetarische paella</u> (V) 8, 10</p> <p><u>BIO vers fruit</u></p>	<p>MENU HALLOWEEN <u>Pompoen</u> soep (*) 10 Kalkoen steak Coulis van <u>paprikas</u> met peterselie 2, 8, 10 <u>Schelpjes</u> (*) 1</p> <p><u>BIO koek</u></p>

Het leven

- Evenwichtige menus en beveiligd
- Geiodeerd zout met mate gebruikt
- Elke week een **vegetarische menu (V)**

De aarde

- Ingredienten van **verantwoorde landbouw (*)**
- Al het fruit, yoghurt (frambozen, vanille, aardbeien) en koekjes (pannenkoeken, Twibio, vanillewafels) zijn **BIO** Accreditatienummer Quality Partner BE-BIO-03

- **De seizoensgroenten** (volgens de kalender van het Brusselse gewest)
- Al onze vissen zijn afkomstig van duurzame visvangst
- Al onze bananen zijn Fairtrade, fairtrade is de juiste prijs respecteren voor de producent

- **Lokale producten** op het menu

De smaak

- Menus met traditionele schotels maar ook van verschillende culturen
- Ontdekking van verschillende groenten elke maand