



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

# Des gaufres en janvier, des crêpes en février, mais de la ferme du Censier!



**C'est une ferme Bio qui se trouve à Doische, un petit village de l'arrondissement de Philippeville dans la province de Namur.**

La ferme du Censier, c'est eux, ils sont frère et sœur. Ils ont choisi de poursuivre la tradition familiale en élevant les animaux avec respect.



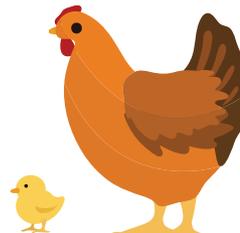
Ils confectionnent, avec les œufs de leurs poules, des gaufres et des crêpes locales, bio et délicieuses.

**Pour plus d'info** <https://www.fermecensier.be>

## DES NOUVEAUX DESSERTS AU MENU !



Retrouve les crêpes bio de la ferme du Censier au menu **le 2 février** pour la Chandeleur !



# MENU JANVIER 2026

## SERVITES DE MARIE

lundi 05	mardi 06	Jeudi 08	vendredi 09
Potage <b>cresson</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage potimarrons BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>poireaux</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>
<b>Carottes</b> Raviolis (bœuf) à la sauce tomate et basilic Fromage râpé <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	Blanquette de volaille aux légumes d'hiver <b>(champignons, carottes, oignons)</b> Riz <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>	Couscous de légumes du chef <b>(carottes, potiron, chou blanc, pois chiches)</b> Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Purée au <b>céleri-rave</b> et <b>cerfeuil</b> Filet de Hoki <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>
Alternatives végétariennes			
<b>Carottes</b> Pâtes Sauce tomate et basilic et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Blanquette de haricots blancs aux légumes d'hiver <b>(champignons, carottes, oignons)</b> Riz <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Couscous de légumes du chef <b>(carottes, potiron, chou blanc, pois chiches)</b> Semoule <i>Gluten (blé), céleri</i>	Purée au <b>céleri-rave</b> et <b>cerfeuil</b> Falafels Sauce au yaourt <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri, moutarde</i>
Compotine	Gaufre <i>Gluten (blé), œufs, lait</i>	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fruit
lundi 12	mardi 13	jeudi 15	vendredi 16
Potage Saint-Germain BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>cerfeuil</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage tomates BIO <i>Céleri</i>
Chou blanc, sauce curry et lait de coco Emincé de volaille Quinoa <i>Gluten (blé), céleri, moutarde</i>	<b>Crudités</b> , vinaigrette Boulette, sauce liégeoise Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, moutarde</i>	Pâtes (complètes) Sauce au pesto, petits pois et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Julienne de légumes <b>(poireaux, céleri-rave, carottes)</b> Waterzooi de poissons Riz <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i>
Alternatives végétariennes			
Chou blanc, sauce curry et lait de coco Lentilles corail Quinoa <i>Gluten (blé), céleri, moutarde</i>	<b>Crudités</b> , vinaigrette Mini-boulettes végétariennes Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>	Pâtes (complètes) Sauce au pesto, petits pois et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Waterzooi de légumes <b>(poireaux, céleri-rave, carottes)</b> aux haricots blancs Riz <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>
lundi 19	mardi 20	jeudi 22	vendredi 23
Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>	Potage potirons BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>champignons</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>patates douces</b> BIO <i>Céleri</i>
<b>Carottes</b> Mijoté de dinde sauce douce à l'ananas Boulghour <i>Gluten (blé), céleri, moutarde</i>	<b>Crudités</b> , vinaigrette Burger de bœuf Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, moutarde</i>	<b>Céleri-rave</b> Mac & cheese (petits pois, béchamel de <b>céleri</b> ) Pâtes (complètes) <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Potée aux <b>épinards</b> Filet de Colin <i>Gluten (blé, seigle), poissons, soja, lait, céleri</i>
Alternatives végétariennes			
<b>Carottes</b> Filet de Quorn sauce douce à l'ananas Boulghour <i>Gluten (blé), œufs, céleri, moutarde</i>	<b>Crudités</b> , vinaigrette Mijoté de lentilles vertes Pommes de terre persillées <i>Œufs, lait, céleri, moutarde</i>	<b>Céleri-rave</b> Mac & cheese (petits pois, béchamel de <b>céleri</b> ) Pâtes (complètes) <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Potée aux <b>épinards</b> Omelette <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Fromage <i>Lait</i>
lundi 26	mardi 27	jeudi 29	vendredi 30
Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>carottes</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>épinards</b> BIO <i>Céleri</i>	Potage <b>cerfeuil</b> BIO <i>Céleri</i>
Riz pilaf façon nasi-goreng (haricots, chou-fleur, <b>oignons</b> ) Emincé de volaille Sauce aigre-douce aux poivrons <i>Gluten (blé), soja, céleri</i>	<b>Epinards</b> à la crème Saucisse de campagne Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), œufs, lait, moutarde</i>	Chili sin carne (tomates, <b>carottes</b> , maïs, haricots rouges) Wrap <sup>(primaires)</sup> / Quinoa <sup>(maternelles)</sup> <i>Gluten (blé), céleri / Céleri</i>	Pâtes à l'Ostendaise (colin, crevettes roses, <b>carottes, poireaux, céleri-rave</b> ) <i>Gluten (blé), crustacés, poissons, lait, céleri</i>
Alternatives végétariennes			
Riz pilaf façon nasi-goreng (haricots, chou-fleur, <b>oignons</b> ) Omelette Sauce aigre-douce aux poivrons <i>Gluten (blé), œufs, soja, lait, céleri</i>	<b>Epinards</b> à la crème Haricots blancs Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé), lait</i>	Chili sin carne (tomates, <b>carottes</b> , maïs, haricots rouges) Wrap <sup>(primaires)</sup> / Quinoa <sup>(maternelles)</sup> <i>Gluten (blé), céleri / Céleri</i>	Pâtes, sauce crémée aux légumes ( <b>carottes, poireaux, céleri-rave</b> ) et lentilles corail <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>
Fruit	Fruit	Dessert lacté <i>Lait</i>	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>

 : Plat végétarien  
 : Poisson labellisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, fish stick  
 : Plat contenant de la viande de porc

**Légumes de saison**: selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie  
**100 % BIO**: les potages sont 100% BIO.  
**100 % BIO**: boulghour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, œufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de bœuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).  
Certifié par [www.certisys.eu](http://www.certisys.eu) (BE-BIO-01).  
**75% local**: 75% des ingrédients sont d'origine locale.

Les allergènes à mention obligatoire sont affichés sur le menu en italique (AR belge 17/07/2014). Ils sont présents comme ingrédients dans le menu. Nos repas étant préparés en cuisine de collectivité, nous ne pouvons pas garantir l'absence de traces d'allergènes supplémentaires. Pour toutes informations, vous pouvez contacter notre diététicienne par email : [allergie@tcoservice.com](mailto:allergie@tcoservice.com). Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

