



CUISINES COLLECTIVES RESPONSABLES

TCO SERVICE fête 5 ans
de soutien à l'ONG
humundi
SOS FAIM



15 283€
ont été récolté en 2025.

Aide-nous à faire encore mieux cette année :
Commande ton repas "Assiette solidaire"
au menu de ce mois d'avril.

L'assiette solidaire sera au menu de ce mois d'avril.

Le jour de l'action, pour chaque repas commandé,
TCO reversera **0,75€ à l'ONG Humundi.**

C'est en avril 2022 qu'a eu lieu la
première action « Assiette solidaire »
en partenariat avec l'ONG Humundi.

Cette action de solidarité permet à plus de
4600 enfants Sénégalais de manger un repas
complet à l'école 2 x par semaine.
Grâce à ce projet, des agriculteurs locaux
vivent de leurs productions en fournissant
les écoles en lait, céréales et légumineuses.



C'est aussi il y 5 ans que les premières
équipes « TCO Service » participaient à
l'Humundi Race, un défi sportif et solidaire
à Bouillon, au cœur des Ardennes Belges.

Cette année encore, nous y serons pour
une édition spéciale :








l'Humundi Race fête ses 10 ans !


Humundi soutient des agriculteurs et agricultrices
qui s'engagent pour une alimentation saine, juste
et durable en Afrique et en Amérique Latine.

Pour en savoir plus : <https://www.humundi.org>



MENU AVRIL 2026

		jeudi 02		vendredi 03			
		Potage épinards BIO <i>Céleri</i>		Potage carottes BIO <i>Céleri</i>			
		 Dahl de lentilles corail Chou-fleur persillé Riz <i>Céleri</i>	 Crudités , vinaigrette Nid d'oiseau (haché, œuf) Gratin dauphinois <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, moutarde</i>				
		Dessert lacté <i>Lait</i>	 Œufs de Pâques <i>Gluten (blé), soja, lait, fruits à coque (noisettes)</i>				
lundi 06		mardi 07		jeudi 09		vendredi 10	
Congé	Potage pois chiches BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates persil BIO <i>Céleri</i>		Potage poireaux BIO <i>Céleri</i>		
	Ratatouille (tomates, courgettes, oignons) Omelette Boulgour <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>		 Pâtes (complètes) Sauce au pesto vert, brocoli et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	 Compote de pommes Boulettes Pommes de terre persillées <i>Gluten (blé, orge), œufs, soja, lait, moutarde</i>			
	Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>		Dessert lacté <i>Lait</i>		Fruit		
lundi 13		mardi 14		jeudi 16		vendredi 17	
Potage Saint-Germain BIO <i>Céleri</i>		Potage chou-fleur BIO <i>Céleri</i>		Potage cerfeuil BIO <i>Céleri</i>		Potage céleri vert BIO <i>Céleri</i>	
Champignons Vol-au-vent de volaille Riz <i>Gluten (blé), œufs, lait, céleri</i>		 Crudités , vinaigrette Filet de Lieu noir Purée ciboulette <i>Gluten (blé, seigle), poissons, œufs, soja, lait, céleri, moutarde</i>	 Pâtes Sauce aux légumes (tomates, carottes) et lentilles Fromage râpé <i>Gluten (blé), lait, céleri</i>	Brocolis, sauce curry Filet de poulet Pommes de terre aux herbes <i>Gluten (blé), céleri, moutarde</i>			
Fruit		Fromage <i>Lait</i>		Fruit		Dessert lacté <i>Lait</i>	
lundi 20		mardi 21		jeudi 23		vendredi 24	
Potage cresson BIO <i>Céleri</i>		Potage tomates BIO <i>Céleri</i>		Potage lentilles corail BIO <i>Céleri</i>		Potage champignons BIO <i>Céleri</i>	
 Potée aux carottes Spiringue de porc <i>Gluten (blé, orge), lait, moutarde</i>	 Pâtes (complètes) à la norvégienne saumon- épinards <i>Gluten (blé), poissons, lait, céleri</i>		 ASSIETTE SOLIDAIRE Ragoût sénégalais (carottes , tomates, haricots blancs) Riz <i>Céleri</i>		Haricots verts, échalotes Burger de bœuf Pommes de terre en chemise <i>Gluten (blé, orge), lait</i>		
Fruit		Biscuit <i>Gluten (blé, avoine, épeautre), œufs, soja, lait, fruits à coque (amandes, noisettes, noix)</i>		Fruit		Dessert lacté <i>Lait</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: boulgour, haricots blancs, haricots rouges, lentilles blondes, lentilles corail, lentilles vertes, pois chiches, millet, pâtes, oeufs, omelettes, orge, quinoa, semoule, bananes, clémentines, kiwis, mandarines, oranges, poires, pommes, tomates pelées, huile d'olive, chocolat noir/au lait (tablette), burger de boeuf, boulette de volaille, yaourt nature, lait, carottes fraîches (rondelles/cubes).

Certifié par 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. Elle vous répondra dans les meilleurs délais.