



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



Pâques

		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, épautre), 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 Spiringué 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, épautre), 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 % local: boulgour, 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 (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.

