



COMMUNE  
D'UCCLE

Action sociale

## Repas à domicile

Nom : .....

Adresse : .....

Tél : .....

**RESERVATION JUSQU'AU**

**12/07/2022**

02/605.12.02 – 02/605.12.11

E-mail : servicerepas@uccle.brussels

<b>Normal</b>	
<b>Régime</b>	

# AOUT 2022

**Veillez indiquer par jour vos choix : classique, froid, alternatif ou végétarien**

		nbr	** Semaine du lundi 01 au dimanche 06 **	allergènes
Lun 01	Classique		Escalope de poulet, chou-fleur au curcuma, pdt nature	Gluten, œufs, soja
	Végé		Lentilles vertes, chou-fleur au curcuma, pdt nature	céleri
	Froid		Œufs dur, riz aux petits légumes	céleri, œufs, lait, moutarde
Ma 02	Classique		Boulettes (porc-bœuf), sauce tomate, riz	Gluten, céleri, œufs, soja, lait
	Végé		Boulettes végétariennes, sauce tomate, riz	Gluten, céleri, œufs, lait
	Froid		Taboulé aux petits légumes et poulet	Gluten, œufs, moutarde
Me 03	Classique		Rôti de dinde, sauce estragon, petits pois et carottes, pdt	Gluten, soya, œufs, lait, céleri
	Végé		Pois cassés, sauce estragon, petits pois et carottes, pdt	Gluten, céleri, lait
	Froid		Pain de viande (porc), pâtes aux légumes	Gluten, Céleri, moutarde, œuf, lait, soja
Je 04	Classique		Pâtes, sauce crémée aux poireaux et petits lardons	Gluten, céleri, lait
	Végé		Pâtes, sauce crémée aux poireaux, lardinettes végétariennes	Gluten, céleri, lait
	Froid		Salade de pommes de terre, haricots verts, œuf dur	Œufs, moutarde
Ve 05	Classique		Filet de colin, crudités, dressing, pdt rissolées	Poissons, soja, lait, gluten, céleri, moutarde
	Végé		Omelette, crudités, dressing, pdt rissolées	lait, œufs, moutarde
	Froid		Terrine de poisson, macédoine, pdt	Poissons, moutarde, céleri, œufs, lait
Sa 06	Classique		Burger de bœuf, courgettes, pdt	Lait, œufs, gluten, soja, céleri
	Végé		Courgettes et pois chiches, pdt	Céleri
	Froid		Salade grecque (pâtes grecques, concombres, tomates, olives, feta)	Gluten, céleri, lait
Di 07	Classique		Epigramme d'agneau, jardinière de légumes (chou-fleur, carottes, céleri pommes rösti)	Gluten, céleri, lait, soja, œufs
	Végé		Filet de quorn, jardinière de légumes (chou-fleur, carottes, céleri) pommes rösti	Céleri, œufs, gluten
	Froid		Filet de dinde, salade céleri-rémoulade, pdt ciboulette	lait, céleri, œufs, moutarde
Alternatif			Filet de poulet, compote de pommes, purée nature	Gluten, lait, œufs, soja

		nbr	** Semaine du lundi 08 au dimanche 14 **	allergènes
Lu 08	Classique		Burger de bœuf, haricots verts aux échalotes, pdt rissolées	Gluten, lait, céleri, soja, œufs
	Végé		Mijoté de lentilles, haricots verts aux échalotes, pdt rissolées	Céleri, œufs
	Froid		Brie, salade de pdt à la ciboulette, crudités, dressing	Céleri, œufs, moutarde, lait
Ma 09	Classique		Spiringue de porc, courgettes au pesto, pdt en chemise	Lait, fruits à coque, gluten, soja
	Végé		Courgettes au pesto, feta, pdt en chemise	Lait, fruits à coque
	Froid		Filet e poulet, crudités, pdt	Céleri, moutarde, œufs
Me 10	Classique		Cuisse de poulet, sauce curry, ananas, riz	Gluten, céleri, lait, œufs
	Végé		Pois chiches au curry, ananas, riz	céleri, lait, moutarde
	Froid		Rôti de porc, chicons aux noix, pdt	Laits, œufs, moutarde, fruits à coque
Je 11	Classique		Pâtes, sauce ricotta-épinards, lardinettes de dinde	Gluten, céleri, lait
	Végé		Pâtes sauce ricotta-épinards	Gluten, céleri, lait
	Froid		Assiette cantonnais(riz, petits pois, omelette)	œufs, moutarde, lait, céleri
Ve 12	Classique		Filet de lieu noir, crudités, dressing, purée nature	Poissons, céleri, soja, lait, gluten
	Végé		Œufs brouillés, crudités, dressing, purée nature	Céleri, lait, œufs, moutarde
	Froid		Saumon belle vue, duxelles de céleri et carottes, pdt	Gluten, poissons, œufs, moutarde, céleri
Sa 13	Classique		Boulette de porc, stoemp au brocoli	Gluten, céleri, soja, œufs
	Végé		Stoemp au brocoli, fromage râpé	céleri, lait
	Froid		Tomates-mozzarella basilic, salade de pâtes au pesto	Gluten, lait, céleri, fruits à coque
Di 14	Classique		Rosbif, chou-fleur à la crème, pommes noisettes	Gluten, soja, lait, céleri
	Végé		Burger végétarien, chou-fleur à la crème, pommes noisettes	Gluten, céleri, lait, œufs, soja, moutarde
	Froid		Salade de pommes de terre, haricots verts, feta	œufs, moutarde, lait
Alternatif			Boulette de volaille, sauce tomate, purée nature	Gluten, céleri, lait

		nbr	** Semaine du lundi 15 au dimanche 21 **	allergènes
Lu 15 FERME	Classique		Cuissot de poulet, bettes à la crème, pommes vapeur	Gluten, lait, soja, œufs
	Végé		Pois chiches, bettes à la crème, pommes vapeur	lait, gluten
	Froid		Filet de poulet, salade de betteraves rouges, pdt	œufs, moutarde, céleri

Ma 16	Classique	Paëlla de volaille et poissons (petits pois et poivrons)	Cèleri, poissons
	Végré	Paëlla végétarienne (œuf dur, petits pois et poivrons)	Cèleri, œufs
	Froid	Œuf dur, riz aux petits légumes	Œufs, moutarde, cèleri, lait
Me 17	Classique	Pâtes bolognaise de bœuf, fromage râpé	Gluten, cèleri, lait, soya, œuf
	Végré	Pâtes, crème de tomates, fromage râpé	Cèleri, Gluten, lait
	Froid	Pain de viande(porc), pâtes aux légumes	Gluten, lait, œufs, cèleri , moutarde, soja
Je 18	Classique	Saucisse de porc, fenouil à l'huile d'olive et oignons, pdt nature	Gluten, soja, œufs, lait
	Végré	Lentilles corail, fenouil à l'huile d'olive et oignons, pdt nature	cèleri
	Froid	Taboulé aux petits légumes et chèvre	Gluten, lait, cèleri
Ve 19	Classique	Filet de cabillaud au citron, carottes, pdt persillées	Poissons, cèleri, soja, gluten,
	Végré	Omelette, carottes, pommes de terre persillées	Cèleri, lait, œufs
	Froid	Roulades d'asperges au jambon, crudités, dressing, pdt,curry	œufs, moutarde, cèleri
Sa 20	Classique	Cuisse de poulet, chou-fleur, pdt	Gluten, soja, œufs
	Végré	Chou-fleur, sauce au fromage, pdt	Cèleri, gluten, lait
	Froid	Pêche au thon, crudités, dressing, riz	Œufs, cèleri, moutarde, poissons
Di 21	Classique	Filet de poulet, haricots verts, gratin dauphinois	Gluten, soja, œufs, cèleri, lait
	Végré	Filet de quorn, haricots verts, gratin dauphinois	œufs, lait, gluten, cèleri
	Froid	Salade César (poulet, gouda, maïs, iceberg, pdt)	cèleri, lait, œufs, moutarde
Alternatif		Vol au vent aux champignons, purée nature	Gluten, cèleri, lait

	nbr	** Semaine du lundi 22 au dimanche 28 **	allergènes
Lu 22	Classique	Boulette de volaille, sauce tomates, pâtes grecques	Gluten, cèleri,
	Végré	Lentilles vertes à la sauce tomate, pâtes grecques	Cèleri, gluten
	Froid	Taboulé aux petits légumes et chèvre	Lait, cèleri, gluten
Ma 23	Classique	Filet de cuisse de poulet, potée aux carottes	Gluten, œufs, soja, lait,
	Végré	Filet de quorn, potée aux carottes	Gluten, cèleri, œufs, lait
	Froid	Filet de poulet, crudités, pommes de terre	Cèleri, moutarde, œufs
Me 24	Classique	Pâtes brocolis-jambon, fromage râpé	Gluten, cèleri, lait,
	Végré	Pâtes aux brocolis, fromage râpé	Gluten, lait, cèleri
	Froid	Pain de viande (porc), Pâtes aux légumes	Gluten, œufs, moutarde, lait, soja, cèleri
Je 25	Classique	Spiringue de porc, sauce moutarde, petits pois, riz	Gluten, lait, soja, moutarde
	Végré	Boulettes végétariennes, sauce moutarde, petits pois, riz	Gluten, cèleri, lait, moutarde, soja, œufs
	Froid	Salade liégeoise (haricots verts, lardons et pdt nature)	Cèleri, œufs, moutarde
Ve 26	Classique	Filet de saumon, crudités, dressing, purée persillée	Poissons, cèleri, soja, lait, gluten, moutarde, œufs
	Végré	Mijoté de pois cassés, crudités, dressing, purée persillée	Cèleri, lait, œufs, moutarde
	Froid	Filet de hareng, macédoine de légumes, pdt	Poissons, œufs, moutarde, cèleri
Sa 27	Classique	Escalope de veau, poireaux à la crème, pdt	Gluten, lait, soja, cèleri
	Végré	Œufs brouillés, poireaux à la crème, pdt	Œufs, cèleri, gluten, soja
	Froid	Dés de poulet , quinoa aux petits légumes	cèleri
Dim 28	Classique	Osso bucco de dinde à l'Italienne tagliatelles	Gluten, cèleri
	Végré	Tagliatelles à l'Italienne, fromage râpé	Gluten, cèleri, lait
	Froid	Salade de pommes de terre, haricots verts, feta	Œufs, moutarde, lait
Alternatif		Lasagne à la crème et épinards	Gluten, lait, œufs

	nbr	** Semaine du lundi 29 au mercredi 30 **	allergènes
Lu 29	Classique	Pain de viande(porc-bœuf) , haricots verts, pdt nature	Gluten, lait, œufs, soja
	Végré	Falafels, haricots verts, pdt nature	Gluten, sésame
	Froid	Taboulé aux petits légumes et poulet	Gluten, œuf, moutarde
Ma 30	Classique	Filet de poulet, cèleri à la crème, pommes de terre persillées	Gluten, cèleri, soja, lait
	Végré	Lentilles blondes aux oignons, cèleri à la crème, pdt persillées	Gluten, cèleri, lait
	Froid	Roulade de jambon , chou-fleur, salade de de pdt	Œufs moutarde,
Me 31	Classique	Saucisse(porc), stoemp aux poireaux	Gluten, cèleri, lait, œufs
	Végré	Œuf dur, stoemp aux poireaux	œufs, lait
	Froid	Salade de pâtes aux légumes	Œufs, moutarde, lait, gluten
Alternatif		Boulette de volaille, purée aux carottes	Gluten, lait, œufs, soja

**Au four à micro-ondes :** Pour réchauffer le potage et le plat : perforer le feuillet en plastique transparent et réchauffer au four micro-ondes durant 3 minutes au plus haut niveau.

**Au four traditionnel :** Inutile d'enlever le film protecteur, placez le plat tel quel dans le four préchauffé à 100° pendant 20 minutes. Pour le potage : réchauffer dans un poêlon ou au four à micro-ondes.

**Pour toute commande ou modification, veuillez appeler 4 jours ouvrables à l'avance**

**\*\*\* TOUT PLAT COMMANDE SERA FACTURE \*\*\***