

MENU

Novembre 2020

Lundi 02.11.

Entrée:

Concombre et tomate

Menu 1:

Aiguillettes de poulet, sauce au citron, riz bio et **haricots**



Menu 2:

Maccaroni au fromage (100% Bio)



Dessert:

Fruits de saison

Mardi 03.11.

Entrée:

Salade verte

Menu 1:

Filet de colin, épinards à la crème et pommes de terre vapeur (bio) ³

Menu 2:

Gratin de ravioles à la sauce tomate

Dessert:

Pudding, sauce vanille

Mercredi 04.11.

Entrée:

Fromage

Menu 1:

Escalope panée (porc), sauce à la crème, petits pois et Spätzle ^{1, 3, 5}

Alternative au porc:

Escalope panée (poulet), sauce à la crème, petits pois et Spätzle ^{1, 5}

Menu 2:

Poêlée de pâtes et légumes (**chou vert** et carottes)

Dessert:

Fruits de saison



Le saviez-vous? Les haricots verts sont riches en protéines. Avec une teneur de 23%, ils sont les végétaux les plus riches en protéines après les graines de soja.



= Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers. Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.

Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 Colorants alimentaires | 7 Enrobage de cire |
| 2 Conservateurs | 8 Phosphates |
| 3 Antioxydants | 9 Edulcorants |
| 4 Exhausteurs de goût | 10 contient des traces de phénylalanine |
| 5 contient du soufre | 11 avec protéines de lait |
| 6 noirci | |



BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirtschaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.

MENU

Jeudi 05.11.

Entrée:

Salade verte

Menu 1:

Pâté de viande, ketchup, salade de pommes de terre

2, 3, 8

Menu 2:

Galette de céréales (épeautre vert),

sauce ciboulette et riz bio



Dessert:

Dessert lacté aux fruits rouges

Vendredi 06.11.

Entrée:

Crudités

Menu 1:

Steak haché (boeuf), spirelli et parmesan 1, 2, 5

Menu 2:

Soupe au potiron (100% Bio) * 3

Dessert:

Mini sablé



L'épeautre vert est de l'épeautre cueilli avant maturité, torréfié et séché. Celui lui donne une saveur particulière et le rend très digeste.



= Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers. Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.

Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 Colorants alimentaires | 7 Enrobage de cire |
| 2 Conservateurs | 8 Phosphates |
| 3 Antioxydants | 9 Edulcorants |
| 4 Exhausteurs de goût | 10 contient des traces de phénylalanine |
| 5 contient du soufre | 11 avec protéines de lait |
| 6 noirci | |



BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirtschaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.

MENU

Lundi 09.11.

Entrée:

Bio-Möhre

Menu 1:

Boulette de viande (boeuf), **choux de Bruxelles**
et pommes de terre vapeur

^{1, 3, 5}

Menu 2:

Knödel aux épinards, sauce à la crème et aux champignons



Dessert:

Yaourt mangue-fruit de la passion



Mardi 10.11.

Entrée:

Salade de maïs ³

Menu 1:

Spaghetti Carbonara bio (dinde), parmesan ²

Menu 2:

Deux galettes de chou-fleur et fromage, sauce aux herbes, purée de petits pois et pommes de terre ³

Dessert:

Obst der Saison 😊

Mercredi 11.11.

Entrée:

Salade verte ³

Menu 2:

Escalope de poulet „piccata“,
sauce tomate et riz complet (bio)



Menu 2:

Soupe de pois, baguette

Dessert:

Gâteau ³



= Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers. Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.

Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 Colorants alimentaires | 7 Enrobage de cire |
| 2 Conservateurs | 8 Phosphates |
| 3 Antioxydants | 9 Edulcorants |
| 4 Exhausteurs de goût | 10 contient des traces de phénylalanine |
| 5 contient du soufre | 11 avec protéines de lait |
| 6 noirci | |



BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirtschaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.

MENU

Jeudi 12.11.

Entrée:

Fromage

Menu 1:

Goulasch (boeuf), carottes et riz bio ^{1, 5, 8} 😊

Menu 2:

Soupe de légumes, pâtes

Dessert:

Fruits de saison 😊

Le saumon fait partie des poissons les plus appréciés. Sa chair rose-orangée est riche en oméga 3.

Vendredi 13.11.

Entrée:

Salade de concombres ³

Menu 1:

Saumon et pommes de terre au gratin 😊

Menu 2:

Tortellini fourrés aux légumes (épinard, carotte, céleri), sauce au fromage

Dessert:

Semoule à la cannelle



😊 = Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers. Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.

Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 Colorants alimentaires | 7 Enrobage de cire |
| 2 Conservateurs | 8 Phosphates |
| 3 Antioxydants | 9 Edulcorants |
| 4 Exhausteurs de goût | 10 contient des traces de phénylalanine |
| 5 contient du soufre | 11 avec protéines de lait |
| 6 noirci | |



BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirtschaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.

MENU

Lundi 16.11.

Salade de chou ^{2,3}

Menu 1:

Cevapcici (volaille), sauce au poivron,
pommes de terre (bio)

Menu 2:

Galettes de pommes de terre, compote de pommes ³ 😊

Dessert:

Gâteau aux pommes ^{3,8}

Mardi 17.11.

Entrée:

Salade de poivrons et maïs ³

Menu 1:

Spaghetti Bolognaise bio (boeuf), parmesan ²

Menu 2:

Ratatouille d'hiver (chou-navet, potiron, rutabaga), riz complet bio



Dessert:

Fruits de saison 😊

Mercredi 18.11.

Entrée:

Concombre

Menu 1:

Filet de hoki meunière, sauce yaourt et tomate, wedges de pommes de terre

^{3,5} 😊

Menu 2:

Poêlée de légumes asiatique (chou, carottes, poivron), riz basmati bio

^{1,2,3}

Dessert:

Gâteau roulé aux fraises



= Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers. Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.



Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 Colorants alimentaires | 7 Enrobage de cire |
| 2 Conservateurs | 8 Phosphates |
| 3 Antioxydants | 9 Edulcorants |
| 4 Exhausteurs de goût | 10 contient des traces de phénylalanine |
| 5 contient du soufre | 11 avec protéines de lait |
| 6 noirci | |

BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirtschaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.


Le saviez-vous? Les Cevapcici sont des brochettes de viande hachée grillée originaires d'Europe du Sud-Ouest. C'est le plat national en Croatie, Bosnie Hercegovine, Macédoine du Nord, Serbie, Albanie et en

MENU

Jeudi 19.11.

Entrée:

Salade verte ^{3,4}

Menu 1:

Escalope de poulet fourré au jambon (dinde) et fromage, maïs, Ebly (bio)

^{1, 2, 3, 5, 8}

Menu 2:

Gratin de Spätzle et brocoli, sauce aux herbes ³ 😊

Dessert:

Fruits de saison 😊

Vendredi 20.11.

Entrée:

Carottes

Menu 1:

Gratin de gnocchi, jambon de dinde, courgettes et sauce béchamel

Menu 2:

Omelette, **épinards** à la crème, pommes de terre vapeur

³ 😊

Dessert:

Pudding au chocolat, sauce à la vanille

Les pousses d'épinards peuvent être mangées crues en salade. Le plus souvent, l'épinard se mange cuit. Ses graines aussi sont comestibles, crues ou cuites. Germées, elles peuvent agrémenter les salades.



= Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers. Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.

Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 Colorants alimentaires | 7 Enrobage de cire |
| 2 Conservateurs | 8 Phosphates |
| 3 Antioxydants | 9 Edulcorants |
| 4 Exhausteurs de goût | 10 contient des traces de phénylalanine |
| 5 contient du soufre | 11 avec protéines de lait |
| 6 noirci | |



BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirstchaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.

MENU

Lundi 23.11.

Entrée:

Concombre

Menu 1:

Pâtes au saumon, sauce tomate 😊

Menu 2:

Poêlée de légumes à l'orientale (courgettes, carottes, pois chiche),
couscous bio et sauce au yaourt et à la menthe

Dessert:

Dessert lacté poire-vanille



Mardi 24.11.

Entrée:

Fromage

Menu 1:


Saucisse (porc), chou-navet et pommes de terre vapeur (bio)

1, 2, 3, 5, 8

Alternative au porc:

Saucisse (volaille) chou-navet et pommes de terre vapeur (bio) 1, 3, 5

Menu 2:

Gratin de chou-fleur (100% Bio) 😊 

Dessert:

Fruits de saison 😊

Mercredi 25.11.

Entrée:

Salade verte

Menu 1:

Boulettes de viande (boeuf), sauce à la crème, petits pois et pâtes

1, 5

Menu 2:

Gratin de pommes de terre, **brocoli** et épeautre

(100% Bio) 😊 

Dessert:

Fromage blanc à la banane et éclats de chocolat 3 😊



Le brocoli contient beaucoup d'éléments nutritifs, par exemple de la vitamine C, E et K ainsi que des complexes de vitamine B, mais aussi des minéraux comme du calcium, du magnésium, du fer du zinc et du potassium.

😊 = Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers.
Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.

Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

- | | |
|--------------------------|---|
| 1 Colorants alimentaires | 7 Enrobage de cire |
| 2 Conservateurs | 8 Phosphates |
| 3 Antioxydants | 9 Edulcorants |
| 4 Exhausteurs de goût | 10 contient des traces de phénylalanine |
| 5 contient du soufre | 11 avec protéines de lait |
| 6 noirci | |



BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirtschaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.

MENU

Jeudi 26.11.

Entrée:

Salade verte

Menu 1:

Galette végétarienne, sauce ciboulette et pommes de terre vapeur (bio)

3, 8 😊

Menu 2:

Rouleau de printemps végétarien, sauce aigre-douce et riz basmati bio

1, 2, 3

Dessert:

Donut₁

Vendredi 27.11.

Entrée:

Salade chou et maïs₃

Menu 1:

Escalope de poulet en sauce, riz complet bio_{1, 5} 😊

Menu 2:

Gratin de pâtes complètes et légumes (brocoli, petits pois, carottes),
sauce béchamel (100% bio) Überbackener



Dessert:

Fruits de saison 😊

Lundi 30.11.

Entrée:

Carottes bio

Menu 1:

Soupe au poireau, fromage et viande hachée (boeuf)

Menu 2:

Pomme de terre au four, fromage bland aux **radis** 😊

Dessert:

Complote de fruits rouge, sauce à la vanille



😊 = Ce menu est conforme aux standards de qualité DGE pour les repas scolaires et ceux des enfants vivants dans des foyers.
Mais notre cuisine n'est pas encore certifiée.

Nos plats contiennent les additifs devant être déclarés suivants :

1 Colorants alimentaires	7 Enrobage de cire
2 Conservateurs	8 Phosphates
3 Antioxydants	9 Edulcorants
4 Exhausteurs de goût	10 contient des traces de phénylalanine
5 contient du soufre	11 avec protéines de lait
6 noirci	



BIOLOGISCH by Opsimahl |
Forum Esswirtschaft UG (responsabilité limitée)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.casering | info@biologisch.casering



Certifié par DE-ÖKO-003
N° de contrôle: DE-BE-003-62976-B
Nous utilisons les ingrédients indiqués en qualité bio et nous orientons vers les standards de qualité de la DGE.