

PROPOSITION MENU MARS 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
02/03/2026 MINISTRONE Lait, céleri	03/03/2026 POTAGE LENTILLES Céleri	04/03/2026	05/03/2026 POTAGE ÉPINARDS Céleri	06/03/2026 POTAGE CHOUX-FLEURS Lait, céleri
SPIRELLI ALLA CAPRESE  FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	CORDON BLEU, MÉLANGE DE LÉGUMES MÉDITERRANÉENS, PURÉE POMMES DE TERRE Gluten (blé), lait, céleri		FILET DE POULET - SAUCE ESTRAGON POTEE AUX CAROTTES Gluten (blé),oeuf, lait, céleri, moutarde	POISSON POCHÉ,  SAUCE BEURRE CITRONNÉ HARICOTS, EBLY Gluten (blé) poisson,oeuf, lait, céleri
BISCUIT BIO Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS		YAOURT FRUIT Lactose, lait	FRUITS
09/03/2026 BOUILLON DE LÉGUMES Lait, céleri	10/03/2026 POTAGE JARDINIÈRE Lait, céleri	11/03/2026	12/03/2026 POTAGE CERFEUIL Céleri, lait	13/03/2026 POTAGE PORTUGAISE Céleri, lait
SPAGHETTI SAUCE BOLOGNAISE, FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri	CHIPOLATA DE VOLAILLE RATATOUILLE, SEMOULE Gluten (blé) soja, lait, céleri		RÔTI DE DINDE, SAUCE CHASSEUR PETITS & CAROTTES, POMMES DE TERRE NATURE Gluten (blé) soja, lait, céleri	POISSON PANÉ  POTEE D'EPINARDS Gluten (blé) poisson,oeuf, lait, céleri, moutarde.
FROMAGE BLANC Lactose, lait	FRUITS		FLAN VANILLE Lactose, lait	FRUITS
16/03/2026 POTAGE CHAMPIGNONS Lait, céleri	17/03/2026 CRÈME CELERI Lait, céleri	18/03/2026	19/03/2026 POTAGE CAROTTES Céleri	20/03/2026 POTAGE CHOUX DE SAVOIE Lait, céleri
PENNE, SAUCE CARBONARA FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri	EMINCÉ DE POULET, AUX FINES HERBES SALADE MIXTE FRITES Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri, moutarde		PAIN DE VEAU, JUS BRUN CHOUX ROUGE AUX POMMES, POMMES DE TERRE NATURE Gluten (blé), oeufs, lait, céleri	COLIN POCHÉ, SAUCE PROVENÇALE  RIZ Gluten (blé), poisson,oeuf, lait,
BISCUIT Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS 		YAOURT PANACHÉ Lactose, lait	FRUITS
23/03/2026 POTAGE TOMATES Lait, céleri	24/03/2026 POTAGE POIS Céleri	25/03/2026	26/03/2026 POTAGE PARMENTIER Lait, céleri	27/3/2026 POTAGE ASPERGES Céleri
MACARONI, SAUCE MILANAISE FROMAGE RÂPÉ  Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	BOULETTE , SAUCE ARCHIDUC PURÉE POMMES DE TERRE Gluten (blé), oeufs, lait, céleri		SAUCISSE DE VEAU, JUS DE VIANDE COMPOTE DE POMMES, POMMES DE TERRE NATURE Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	KIBBELING, SAUCE TARTARE  POTEE AUX BROCOLIS Gluten (blé), poisson,oeuf, lait,

PROPOSITION MENU MARS 2026

YAOURT SUCRÉ
Lactose, lait

FRUITS

PUDDING CHOCOLAT
Lactose, lait

FRUITS



: Plat végétarien



: Poisson labélisé MSC/ASC (pêche durable) : Lieu noir, Colin, Cabillaud, Saumon, Hoki, Merlu, fish stick, thon



: Plat contenant de la viande de porc

Légumes de saison: selon le calendrier des fruits et légumes de saison de Bruxelles Environnement/BioWallonie

Nos recettes sont certifiées 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 : info@mamyhome.be

Elle vous répondra dans les meilleurs délais.

FRUITS : pomme et poire

LEGUMES : Betterave rouge, carotte, céleri-rave, chou blanc, chou rouge, navets, oignons, pommes de terre, potimarron, potirons, champignons, chicon, chou de Bruxelles, chou frisé, chou vert, cresson, salade de blé, panais, poireau, salsifis, topinambour

*Ratatouille ; poivrons, rouge et vert, **oignons**, courgettes, aubergines