

PROPOSITION MENU NOVEMBRE 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
03/11/2025	04/11/2025	05/11/2025	06/11/2025	07/11/2025
Potage Asperges Lait, céleri Spaghetti, sauce primavera boulettes de volaille, fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri Maternelle: macaroni coquille BISCUIT Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	Potage <u>Maraîcher</u> Céleri Aiguillettes de poulet, Salade mixte frites Gluten (blé) soja, lait, céleri FRUITS	Aiguillettes de poulet,	Potage <u>Poireaux</u> Lait, céleri Saucisse de veau, sauce moutarde pommes de terre nature, chou de savoie crème Gluten (blé) soja, lait, céleri, moutarde PUDDING VANILLE Lactose, lait	Potage Tomates Lait, céleri Fish-stick, sauce tartare <u>Poêle des légumes, ébly</u> Gluten (blé) poisson, oeuf, lait, céleri FRUITS
10/11/2025	11/11/2025	12/11/2025	13/11/2025	14/11/2025
Potage Parmentier Lait, céleri Penne sauce Bolognaise, fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri MOUSSE CHOCOLAT lait	ARMISTICE 		Potage <u>Potirons-tomates</u> Céleri, lait Rôti de dinde, chou-fleur béchamel pommes de terre nature Gluten (blé) soja, lait, céleri i YAOURT FRUITS MIXTE Lait	Potage Épinards Céleri, lait Poisson meunière Légumes du sud, riz Gluten (blé) poisson, oeuf, lait, céleri, moutarde FRUITS
17/11/2025	18/11/2025	19/11/2025	20/11/2025	21/11/2025
Potage <u>Courgettes</u> Lait, céleri Orechiette, sauce forestière, émincé de poulet et champignons, fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri YAOURT NATURE SUCRE Lait	Potage Céleri raves Lait, céleri Chipolata de volaille, chou rouge aux pommes, pommes de terre nature Gluten (blé), oeufs, lait, céleri FRUITS		Potage <u>Choux-fleur</u> Céleri, lait Boulettes de veau Sauce tomate, Frites Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri PUDDING CHOCOLAT Lait	Potage <u>Portugaise</u> Lait, céleri Filet de lieu noir, sauce Hollandaise, épinards à la crème, pommes de terre nature persillée Gluten (blé), poisson, oeuf, lait, FRUIT
24/11/2025	25/11/2025	26/11/2025	27/11/2025	28/11/2025
Potage <u>cresson</u> Lait, céleri Macaroni, sauce fromage jambon de dinde fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri FROMAGE BLANC NATURE SUCRE Lait	Potage tomates Lait, céleri Burger de boeuf Sauce champignons, potée légumes d'hiver Gluten (blé), oeufs, lait, céleri FRUITS		Potage <u>Carottes</u> Céleri Emincé de poulet tex Mex Légumes Mexicain, riz Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri FLAN CAMEL Lait	Crème <u>céleri</u> Lait, céleri Planchette de colin, sauce dugléré Stoemp aux potirons Gluten (blé), poisson, oeuf, lait, FRUIT

PROPOSITION MENU NOVEMBRE 2025

 : 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 : Poire – Pomme

Légumes : Artichaut – Bette - Betterave rouge - Brocoli - Carotte - Céleri branche - Céleri-rave - Cerfeuil – Champignon – Chicon – Chicorée - Chou blanc - Chou chinois - Chou de Bruxelles - Chou-fleur - Chou frisé - Chou rouge - Chou vert - Cresson – Épinard – Fenouil - Mâche (salade de blé) – Navet – Oignon – Panais – Pleurote - Poireaux - Pomme de terre – Potimarron – Potiron - Radis – Rutabaga - Salade – Salsifis – Topinambour

* Poêlé de légumes : pois, **carottes**, **choux-fleurs**, mais, persil

* Ratatouille : tomates, courgette, aubergine, **oignons**

* Légumes d'hiver : **carottes**, **choux Savoie**, **poireaux**, **oignons**, **céleri raves**

* Légumes couscous : **carottes**, courgettes, **navets**, **céleri**, poivrons, rouge et vert, pois chiches