

PROPOSITION MENU OCTOBRE 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
29/09/2025	30/09/2025	01/10/2025	02/10/2025	03/10/2025
Potage Brocoli Lait, céleri Macaroni , sauce fromage Jambon de dinde , fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri	Potage carottes Céleri Boulette de boeuf Semoule au légumes , <u>courgettes</u> Gluten (blé) soja, lait, céleri		Potage Épinards Céleri Filet de poulet “stroganoff” Purée patate douce et haricots verts Gluten (blé) soja, lait, céleri	Potage Tomates -vermicelle Lait, céleri Filet de colin meunière, sauce tartare  <u>Stoemp aux carottes</u> Gluten (blé) poisson,oeuf, lait, céleri
BISCUIT Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS		PUDDING VANILLE Lactose, lait	FRUITS
06/10/2025	07/10/2025	08/10/2025	09/10/2025	10/10/2025
Potage Cresson Lait, céleri Penne sauce Bolognaise, fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri	Potage Oignons Céleri Hamburger de veau, sauce chasseur <u>salade mixte - dressing</u> frites Gluten (blé) soja, lait, céleri		Potage Poireaux Céleri, lait Aiguillettes de poulet au curry Riz ananas Gluten (blé) soja, lait, céleri	Potage Chicons Céleri, lait Filet de lieu noir, sauce dugléré haricots princesse, <u>purée</u> Gluten (blé) poisson,oeuf, lait, céleri, moutarde 
BISCUIT	FRUITS		YAOURT FRUITS MIXTE Lait	FRUITS
13/10/2025	14/10/2025	15/10/2025	16/10/2025	17/10/2025
Potage Pois Céleri Boulettes volaille <u>choux rouge aux pommes</u> , pomme de terre au thym Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	Potage Carmen Lait, céleri Oiseau sans tête de boeuf, sauce archiduc <u>Légumes oubliés</u> , purée pommes de terre Gluten (blé), oeufs, lait, céleri		Potage de tomates Céleri, lait Fusilli, sauce <u>potirons</u> , petits pois fromage râpé  Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri	menu Halloween  
BISCUIT	FRUITS 		MOUSSE AU CHOCOLAT Lait	
20/10/2025	21/10/2025	22/10/2025	23/10/2025	24/10/2025
27/10/2025	28/10/2025	29/10/2025	30/10/2025	31/10/2025

 : 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 de saison : Noix – Poire – Pomme – Prune - Raisin

Légumes de saison : 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-rave - Chou rouge - Chou vert - Courgette – Cresson – Épinard – Fenouil - Mâche (salade de blé) – Navet – Oignon – Panais – Pleurote - Poireau - Pomme de terre – Potimarron – Potiron - Radis – Rutabaga - Salade – Salsifis - Topinambour