

MENU NOVEMBRE 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
03/11/2025	04/11/2025	05/11/2025	06/11/2025	07/11/2025
Potage Asperges Lait, céleri Aiguillettes de poulet, sauce moutarde pommes de terre nature BIO , chou de savoie crème Gluten (blé) soja, lait, céleri, moutarde BISCUIT Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	Potage Maraîcher Céleri Saucisse végétarienne  Stoemp aux carottes BIO Gluten (blé) soja, lait, céleri FRUITS BIO		Potage Poireaux Lait, céleri Spaghetti, sauce primavera Boulettes de volaille, fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri Maternelle: macaroni coquille BIO PUDDING VANILLE Lactose, lait	Potage Tomates Lait, céleri Fish-stick, sauce tartare  Poêlée de légumes, ébly BIO 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 Rôti de dinde, chou-fleur béchamel Pommes de terre nature BIO Gluten (blé) soja, lait, céleri BISCUIT	 ARMISTICE		Potage Potirons-tomates Céleri, lait Penne BIO Sauce Bolognaise, fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri YAOURT FRUITS MIXTE Lait	Potage Épinards Céleri, lait Poisson meunière  Légumes du sud, riz BIO Gluten (blé) poisson, oeuf, lait, céleri, moutarde FRUITS
17/11/2025	18/11/2025	19/11/2025	20/11/2025	21/11/2025
Potage Courgettes Lait, céleri Boulettes de veau Sauce tomate, Purée pommes de terre Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri BISCUIT	Potage Céleri raves Lait, céleri burger végétarien, choux rouge aux pommes, pommes de terre nature BIO  Gluten (blé), oeufs, lait, céleri FRUITS BIO 		Potage Choux-fleur Céleri, lait Orechiette BIO sauce forestière, émincé de poulet et champignons, fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri PUDDING CHOCOLAT Lait	Potage Portugaise Lait, céleri Filet de lieu noir, sauce Hollandaise, Épinards à la crème, pommes de terre nature persillée BIO  Gluten (blé), poisson, oeuf, lait,
24/11/2025	25/11/2025	26/11/2025	27/11/2025	28/11/2025
Potage cresson Lait, céleri Emincé de poulet tex mex Légumes Mexicain, riz BIO Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri BISCUIT	Potage tomates Lait, céleri Burger aux légumes Sauce champignons, potée légumes d'hiver  Gluten (blé), oeufs, lait, céleri FRUITS BIO		Potage Carottes Céleri Macaroni BIO sauce fromage jambon de dinde Fromage râpé Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri FLAN CAMEL Lait	Crème céleri Lait, céleri Planchette de colin, sauce dugléré  Stoemp aux potirons Gluten (blé), poisson, oeuf, lait, FRUIT



: 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