






LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
04/05/2026	05/05/2026	06/05/2026	07/05/2026	08/05/2026
				
11/05/2026	12/05/2026	13/05/2026	14/05/2026	15/05/2026
<u>POTAGE ASPERGES</u> Lait, céleri	<u>POTAGE CHOUX FLEUR</u> Lait, céleri	MINISTRONE Céleri, oeuf, gluten (farine de blé)		POTAGE TOMATES - POTIRONS Lait, céleri
STEAK HACHÉ DE BOEUF, SAUCE POIVRE VERT POTEE AUX PANAIS Gluten (blé) oeuf, lait, céleri	ESCALOPE VÉGÉTARIENNE, SAUCE MOUTARDE <u>DUO DES CAROTTES, POMMES DE TERRE NATURE</u> Gluten (blé) oeuf, lait, céleri, soja 	OMELETTE <u>SALADE DE CONCOMBRES</u> POMMES RISSLÉES Gluten (blé) , lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN 	L'Ascension	POISSON PANÉ  <u>EPINARDS A LA CREME</u> PÂTES Gluten (blé-orge) poisson, lait, oeuf
FRUITS	FRUITS BIO	FRUITS		FRUITS
18/05/2026	19/05/2026	20/05/2026	21/05/2026	22/05/2026
<u>POTAGE AUX CAROTTES</u> Céleri	<u>POTAGE CHAMPIGNONS</u> Lait, céleri	POTAGE AUX POIREAUX  Lait, céleri	POTAGE JULIENNE Céleri	POTAGE TOMATES Lait, céleri
RÔTI DE DINDE, SAUCE BLACKWELL POTEE AUX COURGETTES Gluten (blé) oeufs, lait, céleri, moutarde	EMINCÉ VÉGÉTARIENNE, SAUCE CURRY AU LAIT DE COCO, ANANAS RIZ AUX LÉGUMES  Gluten (blé), oeufs, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	BOULETTE DE BOEUF, SAUCE PETITS RAISINS SALADE LIEGEOISE oeufs, lait,	TRIVELLI, SAUCE QUATRE FROMAGES PETITS POIS  FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf,, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	WATERZOOI MEDITERRANEEN PÂTES GRECQUE  Gluten (blé) oeufs, lait, céleri, soja
FRUITS	FRUITS BIO	FRUITS	FRUITS	FRUITS
25/05/2026	26/05/2026	27/05/2026	28/05/2026	29/05/2026
Lundi de Pentecôte	<u>POTAGE CÉLERI</u> Lait, céleri	POTAGE BRUNOISE Céleri	POTAGE JARDINIÈRE Céleri	POTAGE TOMATES Lait, céleri
	SAUCISSE VÉGÉTARIENNE BRUNOISE DE LÉGUMES, POMMES NATURE  Gluten (blé), oeufs, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	EMINCÉ DE BOEUF, SAUCE ORIENTALE RIZ Gluten (blé), oeufs, lait, céleri	CORNETTES, SAUCE PUTTANESCA, POIVRONS  FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	FILET BLANC DE POISSON PANÉ, SAUCE TARTARE, CAROTTES, POMMES DE TERRE  Gluten (blé), poisson, oeuf, lait, moutarde
	FRUITS BIO	FRUITS	FRUITS	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.

Les fruits et légumes locaux –

À savoir produits en Belgique ou dans les régions limitrophes (Nord de la France...)

Et de saison – à savoir en excluant ceux produits sous serres chauffées

FRUITS :

LÉGUME récolte : asperge, bette, brocoli, carotte primeur, céleri vert, cerfeuil, champignon de Paris, chicorée, chou fleur, chou rave, épinard, germe de soja, laitue (à couper ou pommée)
mizuna, navet, oignon, ciboule, pleurote, radis, roquette