

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
02/03/2026 MINISTRONE Lait, céleri	03/03/2026 POTAGE LENTILLES Céleri	04/03/2026 POTAGE TOMATES - POTIRONS Céleri	05/03/2026 POTAGE ÉPINARDS Céleri	06/03/2026 POTAGE CHOUX-FLEURS Lait, céleri
FILET DE POULET - SAUCE ESTRAGON POTEE AUX CAROTTES Gluten (blé),oeuf, lait, céleri, moutarde	FALAFEL, MÉLANGE DE LÉGUMES MÉDITERRANÉENS, PURÉE POMMES DE TERRE Gluten (blé), lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	BLANQUETTE "GRAND-MERE" POMMES DE TERRE RISSLÉES Gluten (blé), lait, céleri	SPIRELLI BIO ALLA CAPRESE FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	POISSON POCHÉ, SAUCE BEURRE CITRONNÉ HARICOTS, EBLV BIO Gluten (blé) poisson,oeuf, lait, céleri
LANIÈRES WOK		BLANQUETTE VÉGÉTARIENNE		
FRUITS	FRUITS BIO	FRUITS	FRUITS	FRUITS
09/03/2026 BOUILLON DE LÉGUMES Lait, céleri	10/03/2026 POTAGE JARDINIÈRE Lait, céleri	11/03/2026 POTAGE COURGETTES Céleri	12/03/2026 POTAGE CERFEUIL Céleri, lait	13/03/2026 POTAGE PORTUGAISE Céleri, lait
RÔTI DE DINDE, SAUCE CHASSEUR PETITS & CAROTTES, POMMES DE TERRE NATURE BIO Gluten (blé) soja, lait, céleri LANIERE "NO CHICKEN"	SAUCISSE VÉGÉTARIENNE RATATOUILLE, SEMOULE BIO Gluten (blé) soja, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	PAUPIETTE DE VEAU, SAUCE FINES HERBES DUO DE COURGETTES, POMMES DE TERRE NATURE BIO Gluten (blé) soja, lait, céleri BURGER VÉGÉTARIEN	SPAGHETTI SAUCE VÉGÉTARIENNE, FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	POISSON PANÉ POTEE D'EPINARDS Gluten (blé) poisson,oeuf, lait, céleri, moutarde.
FRUITS	FRUITS BIO	FRUITS	FRUITS	FRUITS
16/03/2026 POTAGE CHAMPIGNONS Lait, céleri	17/03/2026 CREME CELERI Lait, céleri	18/03/2026 POTAGE TOMATES Céleri, lait	19/03/2026 POTAGE CAROTTES Céleri	20/03/2026 POTAGE CHOUX DE SAVOIE Lait, céleri
EMINÉ DE POULET, AUX FINES HERBES POTEE AUX PANNAIS BIO Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	BURGER VÉGÉTARIEN CHOUX ROUGE AUX POMMES, POMMES DE TERRE NATURE Gluten (blé), oeufs, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	OMELETTE SALADE MIXTE, DRESSING POMMES DE TERRE CAMPAGNARDE oeufs, lait,	PENNE BIO, SAUCE FROMAGE FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	COLIN POCHÉ, SAUCE PROVENÇALE RIZ BIO Gluten (blé), poisson,oeuf, lait,
SEITAN		OMELETTE		
FRUITS	FRUITS BIO	FRUITS	FRUITS	FRUITS
23/03/2026 POTAGE TOMATES Lait, céleri	24/03/2026 POTAGE POIS Céleri	25/03/2026 POTAGE ENDIVES Céleri	26/03/2026 POTAGE PARMENTIER Lait, céleri	27/3/2026 POTAGE ASPERGES Céleri
SAUCISSE DE VEAU, JUS DE VIANDE COMPOTE DE POMMES, POMMES DE TERRE NATURE BIO Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	BOULETTE LENTILLE, SAUCE ARCHIDUC PURÉE POMMES DE TERRE Gluten (blé), oeufs, lait, céleri	GYROS DE POULET, JUS DE CUISSON COURGETTES, SEMOULE BIO Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	MACARONI BIO, SAUCE MILANAISE FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	KIBBELING, SAUCE TARTARE POTEE AUX BROCOLIS Gluten (blé), poisson,oeuf, lait,

SAUCISSE VÉGÉTARIENNE		GYROS VÉGÉTARIEN		
FRUITS e	FRUITS BIO	FRUITS	FRUITS	FRUITS
30/03/2026 POTAGE BROCOLI Lait, céleri	31/03/2026 OIGNONS Céleri	01/04/2026	02/04/2026	03/04/2026
AIGUILLETES DE POULET, SAUCE CURRY - ANANAS, RIZ SAUTÉ BIO Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	BURGER AUX LÉGUMES, MIX MEXICAINE TOMATE POMMES DE TERRE NATURE BIO Gluten (blé), oeufs, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN			
LANIERE "NO CHICKEN"				
FRUITS	FRUITS BIO			

: Plat végétarien

: Poisson labellisé 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