



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
02/03/2026	03/03/2026	04/03/2026	05/03/2026	06/03/2026
MINISTRONE Lait, céleri	POTAGE LENTILLES Céleri		POTAGE ÉPINARDS Céleri	POTAGE CHOUX-FLEURS Lait, céleri
FILET DE POULET - SAUCE ESTRAGON POTEE AUX <u>CAROTTES</u> Gluten (blé),oeuf, lait, céleri, moutarde	CORDON BLEU, MÉLANGE DE LÉGUMES MÉDITERRANÉENS, PURÉE POMMES DE TERRE Gluten (blé), lait, céleri		SPIRELLI BIO ALLA CAPRESE  FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	HAMBURGER DE BOEUF SAUCE BÉARNAISE HARICOTS, EBLY BIO Gluten (blé) ,oeuf, lait, céleri
BISCUIT BIO Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS BIO		YAOURT FRUIT Lactose, lait	FRUITS
09/03/2026	10/03/2026	11/03/2026	12/03/2026	13/03/2026
BOUILLON DE LÉGUMES Lait, céleri	POTAGE JARDINIÈRE Lait, céleri		POTAGE CERFEUIL Céleri, lait	POTAGE PORTUGAISE Céleri, lait
RÔTI DE DINDE, SAUCE CHASSEUR PETITS & <u>CAROTTES, POMMES DE TERRE</u> <u>NATURE BIO</u> Gluten (blé) soja, lait, céleri	CHIPOLATA DE VOLAILLE RATATOUILLE, SEMOULE BIO Gluten (blé) soja, lait, céleri		SPAGHETTI SAUCE BOLOGNAISE, FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri	POISSON PANÉ <u>POTEE D'EPINARDS</u> Gluten (blé) poisson,oeuf, lait, céleri, moutarde.
BISCUIT BIO Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS BIO		FLAN VANILLE Lactose, lait	FRUITS
16/03/2026	17/03/2026	18/03/2026	19/03/2026	20/03/2026
<u>POTAGE CHAMPIGNONS</u> Lait, céleri	CREME CELERI Lait, céleri		<u>POTAGE CAROTTES</u> Céleri	<u>POTAGE CHOUX DE SAVOIE</u> Lait, céleri
EMINCÉ DE POULET, AUX FINES HERBES POTEE AUX <u>PANAIS BIO</u> Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	PAIN DE VEAU, JUS BRUN <u>CHOUX ROUGE AUX POMMES, POMMES DE</u> <u>TERRE NATURE</u> Gluten (blé), oeufs, lait, céleri		PENNE BIO , SAUCE CARBONARA FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri	OMELETTE , SAUCE PROVENÇALE RIZ BIO Gluten (blé), ,oeuf, lait,
BISCUIT BIO Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS BIO		YAOURT PANACHÉ Lactose, lait	FRUITS
23/03/2026	24/03/2026	25/03/2026	26/03/2026	27/3/2026
POTAGE TOMATES Lait, céleri	POTAGE POIS Céleri		POTAGE PARMENTIER Lait, céleri	POTAGE ASPERGES Céleri
SAUCISSE DE VEAU, JUS DE VIANDE <u>COMPOTE DE POMMES, POMMES DE</u> <u>TERRE NATURE BIO</u> Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	BOULETTE , SAUCE ARCHIDUC PURÉE POMMES DE TERRE Gluten (blé), oeufs, lait, céleri		MACARONI BIO , SAUCE MILANAISE FROMAGE RÂPÉ Gluten (blé, seigle) oeuf, soja, lait, céleri PLAT VÉGÉTARIEN	KIBBELING, SAUCE TARTARE <u>POTEE AUX BROCOLIS</u> Gluten (blé), poisson,oeuf, lait,
BISCUIT BIO Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS BIO		PUDDING CHOCOLAT Lactose, lait	FRUITS

PROPOSITION MENU MARS 2026

30/03/2026	31/03/2026	01/04/2026	02/04/2026	03/04/2026
POTAGE BROCOLI Lait, céleri	OIGNONS Céleri			
AIGUILLETES DE POULET, SAUCE CURRY - ANANAS, RIZ SAUTÉ BIO Gluten (blé) soja, oeufs, lait, céleri	ESCALOPE VIENNOISE, MIX MEXICAINE TOMATE POMMES DE TERRE NATURE BIO Gluten (blé), oeufs, lait, céleri			
BISCUIT BIO Gluten (blé) oeufs, lait, fruits à coque	FRUITS BIO			

 : 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 : pomme et poire

LEGUMES : Betterave rouge, carotte, céleri-rave, chou blanc, chou rouge, navets, oignons, pommes de terre, potimarron, potirons, champignons, chicon, chou de Bruxelles, chou frisé, chou vert, cresson, salade de blé, panais, poireau, salsifis, topinambour



PROPOSITION MENU MARS 2026

*Ratatouille ; poivrons, rouge et vert, **oignons**, courgettes, aubergines

