| **MAANDAG** | **DINSDAG** | **WOENSDAG** | **DONDERDAG** | **VRIJDAG** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **29/09/2025** | **30/09/2025** | **01/10/2025** | **02/10/2025** | **03/10/2025** |
| **Broccoli** **Melk, selder** | **Wortelsoep****Selder** |  | **Spinaziesoep****Selder** | **Tomatensoep****Melk, selder** |
| **Kipfilet BIO “stroganoff”****Puree van zoete aardappel en groene boontjes****Gluten (tarwe) ei, melk** | **Gehaktbal -runds****Griesmeel met groentjes BIO , courgetten** **Gluten (tarwe) soja, melk, selder** |  | **Macaroni BIO, kaassaus****kalkoenham, gemalen kaas****Gluten (tarwe, rogge) ei, soja, melk, selder** | **Gepaneerde koolvis, tartaarsaus****Stamppot van wortel BIO** **Gluten (tarwe) vis, ei, melk, selder** |
| **TOFU BIO** | **Vegetarische balletjes**  |  | **Macaroni, roomsaus met groentjes****Gemalen kaas** |  |
|  |  |  |  |  |
| **06/10/2025** | **07/10/2025** | **08/10/2025** | **09/10/2025** | **10/10/2025** |
| **Waterkers Soep****Melk, selder** | **Uiensoep****Selder** |  | **Preisoep****Melk, selder** | **Witloofsoep****Melk, selder** |
| **Gebakken kippenhaasje, kerriesaus** **Rijst BIO ananas****Gluten (tarwe) soja, melk, selderi**  |  **Kalfsbraadworst, jagersaus** **stamppot met winterse groenten****Gluten (tarwe) soja, melk, selderi**  |  |  **Penne BIO****Bolognaisesaus, gemalen kaas****Gluten (tarwe, rogge) ei, soja, melk, selder** | **Meerval filet, duglérésaus****Princesse Boontjes, purée****Gluten (tarwe) vis, ei, melk, mosterd** |
| **vegetarische reepjes**  | **vegetarische worst** |  | **Vegetarische saus** |  |
|  |  |  |  |  |
| **13/10/2025** | **14/10/2025** | **15/10/2025** | **16/10/2025** | **17/10/2025** |
| **Erwtensoep****Selder** | **Roomsoep Carmen****Melk, selder** |  | **Tomatensoep** **Melk, selder** | **Aardappel-prei soep****Melk, selderi** |
| **Gehaktbal -kip****Rode kool met appeltjes BIO, Natuuraardappelen****Gluten (tarwe) soja, melk, selder** |  **Runds blinde vink, archiducsaus****Vergeten groenten BIO, Aardappelpuree** **Gluten (blé), oeufs, lait, céleri**  |  | **Fusilli BIO, zachte pompoensaus, met erwtjes****Gemalen kaas****Gluten (tarwe rogge) ei, melk, selder** | **Vis Nuggets, chilisaus****groentepannetje, Rijst BIO****Gluten (tarwe) vis, melk, selder** |
| **vegetarische worst** | **Vegetarische burger**  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **20/10/2025** | **21/10/2025** | **22/10/2025** | **23/10/2025** | **24/10/2025** |
| **Champignons****Melk, selder** | **Tomatensoep****Melk, selderi** |  | **Groene groentensoep****Selder** | **Selderrommsoep****Melk, selder** |
| **Wienerschnitzel, ketchup****Wortelschijfjes BIO, natuuraardappelen BIO** **Gluten (tarwe) soja, ei, melk, selder** |  **Kipreepjes, Véronique Saus****Boterboontjes, aardappelpuree** **Gluten (tarwe), ei, melk, selder**  |  | **Farfalle BIO, carbonara saus****Gemalen kaas****Gluten (tarwe, rogge) soja, ei, melk, selder** | **Gepocheerde heekfilet****provençaalse saus, Griekse pasta BIO****Gluten (tarwe), vis, ei, melk,**  |
| **Vegetarische burger**  | **Wokreepjes**  |  | **Basilicumsaus met groenten**  |  |
|  |  |  |  |  |



 **: Vegetarische gerecht**

 **: Vis met label MSC/ASC (duurzame vangst) :** 

 **: schotel bevat varkensvlees**

**Seizoensgroenten: volgens de groentekalender Bruxelles Environnement/BioWallonie**

**Onze gerechten zijn BIO gecertificeerd www.certisys.eu (BE-BIO-01).**

**75% lokale aankoop:**

**De allergenen zijn aangeduid, volgens het KB 17/07/2014, maar vermits al onze gerechten klaargemaakt worden in ons atelier, een collectiviteits keuken, bestaat de mogelijkheid van kruisbesmetting**

**Voor bijkomende info, kan u een email sturen aan onze diëtiste : info@mamyhome.be**

**Zij zal u zo snel mogelijk antwoorden**

**FRUIT**  : Noten - Peren - Appels - Druiven

**GROENTEN**  : Artisjok - raap - rode biet - broccoli - wortel - voetselder - knolselder - kervel - champignons - witlof - witte kool - chinese kool - spruitjes - frisé kool - rode kool - groene kool - courgette - waterkers - spinazie - venkel - ajuin - pastinaak - oesterzwam - prei - aardappelen - pompoen - radijs - salade - schorseneren