| **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