| **MAANDAG** | **DINSDAG** | **WOENSDAG** | **DONDERDAG** | **VRIJDAG** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **03/11/2025** | **04/11/2025** | **05/11/2025** | **06/11/2025** | **07/11/2025** |
| **Aspergesoep**  **Melk, selder** | **Markt Groentensoep**  **Selder** |  | **Preisoep**  **Melk, selder** | **Tomatensoep**  **Melk, selder** |
| **Kippereepjes, Moseterdsaus, natuuraardappelen BIO, savooikool in room**  **Gluten (tarwe) soja, melk, soja, selder** | **Kalfsbraadworst**  **Stamppot van wortel BIO**  **Gluten (tarwe) soja, melk, selder** |  | **Spaghetti, primaverasaus**  **gevogelte balletjes, gemalen kaas**  **Gluten (tarwe, rogge) soja, ei, melk, selder**  **Kleutertjes: macaroni schelpjes BIO** | **Fish-stick, Tartaarsaus**  **Pan Groenten, ébly BIO**  **Gluten (tarwe) vis, ei, melk, selder** |
| **vegetarische wokreepjes ”** | **vegetarische worst** |  | **Spaghetti, primaverasaus** | **vegetarische balletjes** |
| **Gebakje**  **Gluten (tarwe) ei, melk (noten)** | **fruit BIO** |  | **Vanille pudding**  **Lactose, melk** | **Fruit** |
| **10/11/2025** | **11/11/2025** | **12/11/2025** | **13/11/2025** | **14/11/2025** |
| **Aardappel-preisoep**  **Lait, céleri** | **WAPENSTILSTAND** |  | **Pompoen -tomaat soep**  **Céleri, lait** | **Spinazie soep**  **Céleri, lait** |
| **Kalkoengebraad, bloemkool in melksaus**  **Natuuraardappelen BIO**  **Gluten (tarwe) soja, melk, selder** |  |  | **Penne BIO**  **Bolognaisesaus, gemalen kaas**  **Gluten (tarwe, rogge) soja, ei, melk, selder** | **Gebakken vis**  **Zuiderse groenten, rijst BIO**  **Gluten (tarwe) vis, ei, melk, selder** |
| **vegetarische burger** |  |  | **vegetarische saus** | **wokreepjes** |
| **Gebakje** |  |  | **fruit yoghurt**  **melk** | **Fruit** |
| **17/11/2025** | **18/11/2025** | **19/11/2025** | **20/11/2025** | **21/11/2025** |
| **Courgetten soep**  **Melk, selder** | **Knolseldersoep**  **Melk, selder** |  | **Bloemkoolsoep**  **Melk, selder** | **Portugese soep**  **Melk, selder** |
| **Kalfsballetjes**  **Tomatensaus**  **aardappelpuree**  **Gluten (tarwe) soja, ei, melk, selder** | **Kip chipolata , rode kool met appeltjes, natuuraardappel BIO**  **Gluten (tarwe), ei, melk, selder** |  | **Orecchiette, BIO bospaddenstoelensaus, kipreepjes, gemalen kaas**  **Gluten (tarwe, rogge) soja, ei, melk, selder** | **Koolvisfilet, Hollandse saus,**  **spinazie in room, peterselie-aardappelen BIO**  **Gluten (tarwe) vis, ei, melk, selder** |
| **vegetarische balletjes** | **vegetarische burger** |  | **zonder kip** | **omelet** |
| **Gebakje** | **Fruit BIO** |  | **Chocolate Pudding**  **Melk** | **Fruit** |
| **24/11/2025** | **25/11/2025** | **26/11/2025** | **27/11/2025** | **28/11/2025** |
| **Waterkers Soep**  **Melk, selder** | **Tomatensoep**  **Melk, selder** |  | **Wortelsoep**  **Selder** | **selderroomsoep**  **Melk, selder** |
| **Kipreepjes Tex Mex**  **Mexicaanse groenten, rijst BIO**  **Gluten (tarwe) soja, melk, selder** | **Rundsburger BIO**  **Champignonssaus, Stamppot met wintergroenten**  **Gluten (tarwe), ei, melk, selder** |  | **Macaroni, BIO kaassaus met kalkoenham**  **gemalen kaas**  **Gluten (tarwe, rogge) soja, ei, melk, selder** | **wijtingfilet, dugléré saus**  **stamppot van pompoen**  **Gluten (tarwe) vis, ei, melk, selder** |
| **reepjes “no chicken”** | **groenten Burger** |  | **kaassaus met vegetarische “kalkoenreepjes”** | **groenten nuggets** |
| **Gebakje** | **Fruit BIO** |  | **Caramel pudding**  **Melk** | **Fruit** |



**: 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** : Peer – Appel

**Groenten**: Artisjok – biet – rode biet – broccoli - wortel – selder – knolselder – kervel -champignons – witloof – witte kool – Chinese kool – spruitjes – bloemkool – frisé kool – boerenkool – rode kool – groene kool – courgetten – waterkers – spinazie – venkel – veldsla – raap – ajuin – prei – aardappels – pompoen – radijs – salade – schorseneren - pastinaak

\* Pan groenten : pois, **carottes, choux-fleurs**, mais, persil

\* Ratatouille : tomates, courgette, aubergine, **oignons**

\* Winter Groenten : **carottes, choux Savoie, poireaux, oignons, céleri raves**

\* Couscous groenten : **carottes**, courgettes, **navets, céleri**, poivrons, rouge et vert, pois chiches