

MENU DECEMBRE VEGETARIEN 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
02/12/2024	03/12/2024	04/12/2024	05/12/2024	06/12/2024
POTAGE CHAMPIGNONS <i>Gluten, lait, céleri</i>	POTAGE CERFEUIL <i>Gluten, lait, céleri</i>		POTAGE POIREAUX <i>Gluten, lait, céleri</i>	POTAGE TOMATES <i>Gluten, lait, céleri</i>
LANIERE DE WOK VEGETARIENNE SAUCE PROVENCALE POMMES DE TERRE NATURE BIO	BOULETTE VEGETARIENNE STOEMP AUX LEGUMES		FARFALLE BIO SAUCE PUTTANESCO FROMAGE RÂPE	WATERZOOI AUX QUORN RIZ BIO PETITS LEGUMES
<i>Gluten, œufs, soja, céleri, lait</i>	<i>Gluten, œufs, soja, céleri, lait</i>		<i>Gluten, œufs, lait, céleri</i>	<i>Gluten, œufs, lait, céleri, moutarde</i>
BISCUIT <i>Gluten, œuf, lait, fruits à coque</i>	FRUIT		YAOURT FRUIT <i>Lait</i>	DESSERT <i>Gluten, œuf, lait, fruits à coque</i>
09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024
POTAGE COURGETTES <i>Gluten, lait, céleri</i>	POTAGE CARMEN <i>Gluten, lait, céleri</i>		POTAGE VERT PRE <i>Gluten, céleri</i>	POTAGE TOMATES <i>Gluten, lait, céleri</i>
BURGER FROMAGE SAUCE CHASSEUR POTEE AUX EPINARDS	CHILI CORN CARNE RIZ		SPIRELLI SAUCE MILANAISE FROMAGE RAPE	MOZZARELLA FINGERS HARICOTS PROVENCALE PUREE POMMES DE TERRE
<i>Gluten, œuf, soja, lait, céleri</i>	<i>Gluten, œuf, soja, lait, céleri</i>		<i>Gluten, œuf, soja, lait, céleri</i>	<i>Gluten, soja, arachide, lait, céleri, moutarde</i>
BISCUIT <i>Gluten, œuf, lait, fruits à coque</i>	FRUIT		YAOURT SUCRE <i>Lait</i>	FRUIT
16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024
POTAGE AGNES – SOREL <i>Gluten, lait, céleri</i>	POTAGE TOMATES - POTIRONS <i>Gluten, lait, céleri</i>		POTAGE MARAICHER <i>Gluten, céleri</i>	POTAGE POIS <i>Gluten, céleri</i>
BOULETTES LENTILLES SAUCE AUX AIRELLES PUREE POMMES DE TERRE A LA CIBOULETTE CAROTTES AU MIEL BIO	NUGGETS AU LEGUMES EBLY BIO COURGETTES MEDITERRANEENNE		SPAGHETTI SAUCE BOLOGNAISE AU QUORN FROMAGE RÂPE	OMELETTE POTEE AUX POIREAUX
<i>Gluten, œuf, soja, lait, céleri</i>	<i>Gluten, œuf, soja, lait, céleri</i>		<i>Gluten, œuf, soja, lait, céleri</i>	<i>Gluten, œuf, soja, arachide, lait céleri, moutarde</i>
MOUSSE CHOCOLAT <i>Lait</i>	FRUIT		BISCUIT <i>Gluten, œuf, lait, fruits à coque</i>	FRUIT
23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024
VACANCES D'HIVER				
30/12/2024	31/12/2024	01/01/2025	02/01/025	03/01/2025
VACANCES D'HIVER				

Menu

Noël



Menus servis sous réserve d'une rupture de stock chez nos fournisseurs et des possibilités du marché.

La liste des allergènes est à titre indicatif, veuillez vérifier votre bon de livraison quotidiennement

L'équipe de MAMYHOME vous souhaite des bonnes fêtes de fin d'année et une bonne année



 Poisson labelisé MSC/ASC (pêche durable)

 Plat contenant de la viande de porc

Les fruits et légumes locaux –

À savoir produits en Belgique ou dans les régions limitrophes (Nord de la France...)

Et de saison – à savoir en excluant ceux produits sous serres chauffées

Fruits : Noisette, noix, poire, pomme

Légumes : brocoli, carotte, céleri branche, cerfeuil, champignons, chicon, chou blanc, chou de Bruxelles, chou frisé, chou rouge, chou vert, cresson, salade de blé, panais, pleurote, poireau, salsifis, topinambour- betterave rouge, céleri rave, chou-rave, navet, pomme de terre, potimarron, potiron, radis noir, rutabaga

Légumes d'hiver : **chou vert**, **carottes**, **poireau**, **céleri rave**, pois

Poireau



Le **Poireau** est une plante herbacée vivace largement cultivée comme plante potagère pour ses feuilles consommées comme légumes.

Le Poireau a de longues feuilles engainantes, opposées, plates, vert sombre ou vert jaunâtre, plus ou moins larges. La base des feuilles emboîtées forme une pseudo-tige appelée « fût » dont la partie enterrée est blanche et la plus appréciée. Cette espèce est originaire de la région méditerranéenne. Elle est largement cultivée dans toutes les zones tempérées.

Cette plante préfère un sol frais, profond et riche en humus. Elle est très rustique et supporte bien le froid de l'hiver.

La récolte intervient de 5 à 7 mois après la plantation. On pratique le buttage pour augmenter la longueur de la partie blanche. Les poireaux peuvent se conserver en terre, ou en jauge abritée pour pouvoir les récolter par grands froids.

Les poireaux, dont le goût est intermédiaire entre ceux de l'oignon et de l'asperge, se consomment cuits. On peut les manger froids en vinaigrette, mais ils entrent le plus souvent dans la préparation de plats chauds : tartes, quiches, gratins ; potages, pot-au-feu, potées...

Source : Wikipédia

