

Liste des 14 allergènes principaux par recette

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Lundi 04 Novembre - Déjeuner														
	Lasagne au saumon	X	X	X	X										
	Lasagne bolognaise	X	X	X						X	X				
	Salade verte														
	Bûchette mi-chèvre	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Corbeille de fruits														
	Poire au chocolat						X								
	Mardi 05 Novembre - Déjeuner														
	Oeufs durs mayonnaise			X		X							X		
	Velouté carotte coco curcuma					X									
	Quiche végétale	X	X	X											
	Brocolis	X													
	Compote de pommes														
	Corbeille de fruits														
	Jeudi 07 Novembre - Déjeuner														
	Chausson de volaille bolognaise	X	X							X					
	Colin à la bordelaise	X	X	X	X	X									
	Poêlée de légumes verts	X													
	Spaghetti	X	X												
	Mimolette	X													
	Carrot Cake		X	X			X								
	Vendredi 08 Novembre - Déjeuner														
	Coleslaw			X		X							X		
	Salade de maïs					X							X		
	Beignet de poisson sauce tomate		X		X						X				
	Haricots verts	X													
	Pommes boulangères	X	X												
	Crème dessert chocolat	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Flan vanille caramel	X													
	Mardi 12 Novembre - Déjeuner														
	Friand fromage	X	X	X											
	Soupe de vermicelles à la tomate		X							X					
	Filet de colin sauce safranée	X	X		X										
	Saucisse fumée														
	Carottes														
	Lentilles														
	Corbeille de fruits														
	Roulé myrtilles	X	X	X							X				
	Jeudi 14 Novembre - Déjeuner														
	Pizza au fromage	X	X	X											
	Salade verte et tomates														
	Camembert	X													
	Petit moulé	X													
	Gâteau intense chocolat	X	X	X			X				X				
	Vendredi 15 Novembre - Déjeuner														
	Carottes râpées vinaigrette					X							X		
	Houmous et mouillettes		X			X									
	Filet de colin meunière sauce barbecue	X	X	X	X			X	X	X					
	Fondue de poireaux	X													
	Riz créole	X													
	Corbeille de fruits														
	Fromage blanc et coulis exotique	X													
	Lundi 18 Novembre - Déjeuner														
	Omelette forestière			X											
	Poulet curry	X	X			X									
	Epinards à la crème	X													
	Purée de pommes de terre	X				X									
	Gouda	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Yaourt aromatisé	X													
	Compote pommes bananes														
	Corbeille de fruits														
	Mardi 19 Novembre - Déjeuner														
	Cœurs de palmiers vinaigrette														
	Potage de légumes									X					
	Stick végétarien		X	X											
	Boulgour pilaf		X												
	Julienne de légumes au basilic									X					
	Beignet chocolat noisette	X	X	X			X				X				
	Beignet pomme		X	X											
	Mayonnaise dosette			X		X							X		
	Pains et assimilés		X												
	Jeudi 21 Novembre - Déjeuner														
	Blanquette de colin	X	X		X	X									
	Rissolette de veau sauce moutarde	X	X	X		X					X		X		
	Haricots verts	X													
	Torsades	X	X												
	Bleu	X													
	Fraidou	X													
	Cake vanille	X	X	X											
	Vendredi 22 Novembre - Déjeuner														
	Saucisson sec et beurre	X													
	Smoothie à la betterave	X				X									
	Saumon sauce aux petits légumes	X	X		X	X				X					
	Petits pois														
	Riz sauce tomate		X												
	Corbeille de fruits														
	Mousse chocolat au lait	X													
	Lundi 25 Novembre - Déjeuner														

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Merguez												X		
	Tajine de colin			X	X					X					
	Légumes couscous									X			X		
	Semoule		X												
	Brie	X													
	Yaourt aromatisé	X													
	Crème dessert caramel	X									X				
	Crème dessert vanille	X													
	Mardi 26 Novembre - Déjeuner														
	Houmous de lentilles corail au cumin	X												X	
	Potage de courgettes									X					
	Pané de blé fromage épinards	X	X												
	Carottes														
	Coquillettes		X												
	Corbeille de fruits														
	Riz au lait nappé caramel	X													
	Jeudi 28 Novembre - Déjeuner														
	Acras de morue	X	X		X										
	Poulet banane coco	X													
	Courgettes épices antillaises														
	Riz														
	Faisselle	X													
	Vache qui rit®	X													
	Gateau à l'ananas	X	X	X											
	Vendredi 29 Novembre - Déjeuner														
	Crêpe aux champignons	X	X	X											
	Surimi mayonnaise		X	X	X	X		X	X				X		
	Stick poisson pané		X		X										
	Blé à la tomate	X	X												
	Gratin de choux-fleurs	X	X												

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Mousse au café	X													
	Mousse chocolat au lait	X													
	Lundi 02 Décembre - Déjeuner														
	Filet de colin sauce citron	X	X		X	X									
	Jambon braisé	X													
	Gratin de légumes	X	X							X					
	Pommes cubes rissolées														
	Cantal	X													
	Fondu Président®	X													
	Compote pommes cassis														
	Muffin nature pépites choco noir	X	X	X							X				
	Mardi 03 Décembre - Déjeuner														
	Carottes râpées					X							X		
	Salade verte et œuf dur			X											
	Galette Tex-Mex		X												
	Pique-nique	X	X	X											
	Ratatouille														
	Riz pilaf														
	Corbeille de fruits														
	Fromage blanc caramel et granola	X	X				X								
	Jeudi 05 Décembre - Déjeuner														
	Boulettes soja nature		X							X	X				
	Poulet sauce champignons	X	X			X									
	Farfalle		X												
	Poêlée haricots choux fleurs courgettes														
	Fromage fouetté au sel de Guérande	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Gâteau citron amande	X	X	X			X								
	Vendredi 06 Décembre - Déjeuner														
	Pâté de campagne	X	X	X		X				X	X		X		

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Potage de légumes									X					
	Nuggets de poisson		X		X										
	Brocolis	X													
	Semoule		X												
	Liégeois chocolat	X									X				
	Liégeois vanille	X													
	Ketchup dosette														
	Mayonnaise dosette			X		X							X		
	Lundi 09 Décembre - Déjeuner														
	Boulettes au boeuf au jus	X	X												
	Omelette au fromage	X		X											
	Poêlée brocolis navets pommes de terre					X							X		
	Purée de pommes de terre	X				X									
	Comté lait cru	X													
	Fromage frais nature	X													
	Ananas au chocolat	X													
	Compote pommes fraises														
	Mardi 10 Décembre - Déjeuner														
	Cervelas vinaigrette					X							X		
	Maïs vinaigrette					X							X		
	Chipolatas aux herbes					X									
	Nuggets de blé		X												
	Julienne de légumes	X								X					
	Penne à la sauce tomate		X												
	Corbeille de fruits														
	Pomme au four	X													
	Jeudi 12 Décembre - Déjeuner														
	Fajitas de légumes		X												
	Salade verte et tomates														
	Coulommiers	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Yaourt aromatisé	X													
	Moelleux bananes chocolat	X	X	X		X					X				
	Vendredi 13 Décembre - Déjeuner														
	Potage aux carottes									X					
	Toast avocat	X	X			X									
	Fish and chips sauce tartare	X	X	X	X	X							X		
	Petits pois														
	Pommes campagnardes														
	Corbeille de fruits														
	Fromage blanc et brisures de Spéculoos	X	X												
	Lundi 16 Décembre - Déjeuner														
	Escalope de volaille grillée														
	Filet de lieu	X			X										
	Gratin de poireaux	X	X												
	Riz pilaf														
	Saint-Nectaire	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Flan chocolat	X													
	Flan vanille	X													
	Mardi 17 Décembre - Déjeuner														
	Betterave au chèvre	X													
	Mortadelle					X							X		
	Croquettes de poisson à l'ail	X	X		X								X		
	Grilladou de boeuf au jus	X	X												
	Epinards béchamel	X	X												
	Purée de pommes de terre	X				X									
	Compote pommes pêches														
	Flan d'antan	X	X	X											
	Jeudi 19 Décembre - Déjeuner														
	Potage au butternut									X					

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Poulet aux champignons	X		X						X					
	Saumon sauce à l'orange	X			X	X									
	Gratin dauphinois	X	X												
	Haricots verts persillade														
	Brie	X													
	Clementine														
	Entremet sapin aux deux chocolats	X	X	X							X				
	Père Noël au chocolat	X									X				
	Vendredi 20 Décembre - Déjeuner														
	Bouillon de légumes vermicelles		X												
	Carottes râpées vinaigrette					X							X		
	Pavé du fromager à l'emmental	X	X	X											
	Brunoise de légumes	X								X					
	Torti		X												
	Corbeille de fruits														
	Fromage blanc crème de marrons	X													