ENTRAIGUES
SUR LA SORGUE

Liste des 14 allergènes principaux par recette

Repas/Plat	Gluten	Œufs	Lait	Arachides	Fruits à coques	Soja	Sésame	Lupin	Sulfites	Moutarde	Céleri	Mollusques	Crustacés	Poissons
Mercredi 1er Octobre														
Carottes Râpées									x	x				
Couscous maison	x		x								x			
Fruit														
Jeudi 2 Octobre														
Salade de pois chiche									x	x				
Filet de poisson au citron	x		x											x
Trio de légumes			x								x			
Yaourt			x											
Vendredi 3 Octobre														
Salade César		x							x	x				
Hachis parmentier			x											
Fruit														

ENTRAIGUES
SUR LA SORGUE

Liste des 14 allergènes principaux par recette

Repas/Plat	Gluten	Œufs	Lait	Arachides	Fruits à coques	Soja	Sésame	Lupin	Sulfites	Moutarde	Céleri	Mollusques	Crustacés	Poissons
Lundi 6 Octobre														
Quiche au thon	x	x	x		x									x
Sauté de Dinde à la Crème	x		x											
Haricot beurre											x			
Fruit														
Mardi 7 Octobre														
Salade de tomates									x	x				
Pâtes au pesto et son parmesan	x		x											
Yaourt aromatisé			x											
Mercredi 8 Octobre														
Feuilleté fromage	x	x	x		x	x								
Sauté de lapin moutarde	x		x							x				
Gratin de Butternut	x		x		x						x			
Compote														
Jeudi 9 Octobre														
Macédoine de Légumes	x	x	x						x	x	x			
Steak de bœuf sce poivre	x		x											
PDT Rissolées														
Fruit														
Vendredi 10 Octobre														
Salade de riz	x	x	x						x	x				x
Poisson pané	x		x							x	x			x
Ratatouille			x											
Yaourt			x											

ENTRAIGUES
SUR LA SORGUE

Liste des 14 allergènes principaux par recette

Repas/Plat	Gluten	Œufs	Lait	Arachides	Fruits à coques	Soja	Sésame	Lupin	Sulfites	Moutarde	Céleri	Mollusques	Crustacés	Poissons
Lundi 13 Octobre														
Betterave vinaigrette									x	x				
Omelette nature		x	x											
Carottes vichy			x								x			
Fromage			x											
Compote														
Mardi 14 Octobre														
Salade Verte									x	x				
Filet de poisson sce tomate	x		x											x
Boulgour	x		x											
Fruit														
Mercredi 15 Octobre														
Sardine – beurre			x											
Roti de porc au miel	x		x											
Compote chaude														
Fromage			x											
Pâtisserie	x	x	x		x	x								
Jeudi 16 Octobre														
Pique-assiettes														
Nems de Poulet	x	x	x			x				x	x			
Salade Thaï	x									x				
Saute de Dinde au caramel	x		x											
Salade de Fruits														
Vendredi 17 Octobre														
Salade de Haricots Verts									x	x	x			
Raviolis de bœuf sce tomate	x		x											
Petit suisse aromatisé			x											

ENTRAIGUES
SUR LA SORGUE

Liste des 14 allergènes principaux par recette

Repas/Plat	Gluten	Œufs	Lait	Arachides	Fruits à coques	Soja	Sésame	Lupin	Sulfites	Moutarde	Céleri	Mollusques	Crustacés	Poissons
Lundi 20 Octobre														
Salade de tomate / Maïs									x	x				
Blanquette de poisson	x		x											x
Riz pilaf	x		x											
Fromage			x											
Fruit														
Mardi 21 Octobre														
Charcuterie – cornichon		x	x							x				
Poulet à l'indienne	x		x											
Gratin de choux fleurs	x		x		x						x			
Yaourt			x											
Mercredi 22 Octobre														
Soupe de Légumes											x			
Jambon			x			x								
Purée PDT			x											
Pâtisserie	x	x	x		x	x								
Jeudi 23 Octobre														
Œufs mayonnaise		x	x						x	x				
Risotto de Légumes	x		x								x			
Fromage			x											
Compote														
Biscuit	x	x	x		x									
Vendredi 24 Octobre														
Salade Andalouse		x	x						x	x				
Boulette de bœuf sce tomate	x		x											
Petits pois Carottes			x								x			
Fruit														

ENTRAIGUES
SUR LA SORGUE

Liste des 14 allergènes principaux par recette

Repas/Plat	Gluten	Œufs	Lait	Arachides	Fruits à coques	Soja	Sésame	Lupin	Sulfites	Moutarde	Céleri	Mollusques	Crustacés	Poissons
Lundi 27 Octobre														
Macédoine de Légumes		x	x						x	x	x			
Steak de veau aux herbes	x		x											
Pâtes / Emmental	x		x											
Fruit														
Mardi 28 Octobre														
Salade de Riz	x	x	x						x	x		x	x	x
Sauté de Porc	x		x											
Poêlée de Légumes			x								x			
Fromage			x											
Yaourt à boire			x											
Mercredi 29 Octobre														
Choux Fleurs vinaigrette									x	x	x			
Nuggets de Poulet	x		x							x				
PDT sautées														
Fruit														
Jeudi 30 Octobre														
Coleslaw	x	x	x						x	x				
Gratin d'épinards et riz	x		x		x						x			
Filet de colin sce tomate	x		x											x
Liégeois			x											
Vendredi 31 Octobre														
Carottes râpées									x	x				
Purée courge			x											
Œuf brouillés		x	x											
Fromage			x											
Dessert halloween	x	x	x		x	x								