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
Jeudi 1er Octobre														
Betteraves vinaigrette										x	x			
Poulet Basquaise			x								x			
Potatoes														
Yaourt nature et biscuit	x	x	x											
Vendredi 2 Octobre														
Salade de Haricots blancs									x	x				
gratin de pâtes aux legumes	x		x		x						x			
Fromage			x											
Pâtisserie	x	x	x		x									
Lundi 5 Octobre														
Salade du Chef		x							x	x				
Poulet rôti														
Ratatouille			x								x			
Mousse au chocolat			x											
Mardi 6 Octobre														
Feuilleté au Fromage	x	x	x		x	x								
Ravioli aux épinards	x	x	x											
Fruit														
Mercredi 7 Octobre														
Salade de Riz	x	x	x						x	x				x
Colombo de poisson	x		x										x	x
Gratin de Choux Fleurs	x		x		x						x			
Fruit														
Jeudi 8 Octobre														
Carottes Rapées									x	x				
Saucisses														
Lentilles			x											
Pâtisserie	x	x	x		x	x								
Vendredi 9 Octobre														
Radis beurre			x											
Steak de bœuf	x		x											
Pâtes	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 12 Octobre														
Salade de Haricots Verts									x	x	x			
Roti de Porc	x		x											
PDT duchesse														
Yaourt nature			x											
Mardi 13 Octobre														
Charcuterie – cornichons	x	x	x		x									
Escalope de Dinde	x		x											
Quinoa			x											
Salade de Fruits														
Mercredi 14 Octobre														
Soupe de Pâtes	x													
Sauté de Bœuf	x		x											
Haricots Verts Persillées			x								x			
Fromage			x											
Fruit														
Jeudi 15 Octobre														
Œufs mimosa		x							x	x				
Tajine de Légumes			x								x			
Semoule	x		x											
Fromage			x											
Pâtisserie	x	x	x		x	x								
Vendredi 16 Octobre														
Salade Verte									x	x				
Parmentier de la mer			x											x
Fromage blanc au miel			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 19 Octobre														
Salade de PDT		x							x	x				x
Poulet Rôti														
Petits pois – Carottes			x								x			
Yaourt sucré			x											
Mardi 20 Octobre														
Choux Fleurs vinaigrette									x	x	x			
Boulettes de Bœuf sce tomate	x		x											
Boulgour	x		x											
Compote														
Mercredi 21 Octobre														
Salade de Perles	x	x							x	x				
Sauté de Lapin moutarde	x		x							x				
Gratin de Panais	x		x		x									
Fruit														
Jeudi 22 Octobre														
Pizza au Fromage	x		x											
Filet de Poisson	x		x											x
Gratin de Courgettes	x		x		x									
Crème dessert			x											
Vendredi 23 Octobre														
Salade Verte									x	x				
Omelette au Fromage		x	x											
PDT Rissolées														
Fromage			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 26 Octobre														
Salade de Lentilles									x	x				
Steak de Veau	x		x											
Haricots Vert			x								x			
Fruit														
Mardi 27 Octobre														
Salade Verte									x	x				
Hachis parmentier			x											
Yaourt nature			x											
Mercredi 28 Octobre														
Endives au fromage			x						x	x				
Pâtes au Pesto	x		x		x									
avec son gruyère			x											
Crème au Chocolat			x											
Jeudi 29 Octobre														
Macédoine de Légumes		x							x	x				
Blanquette de Poisson	x		x											x
Céréales gourmandes	x		x											
Brownies	x	x	x		x									
Crème anglaise			x											
Vendredi 30 Octobre														
MENU HALLOWEEN														
Carottes râpées									x	x				
Sauté de Dinde à l'orange	x		x											
Purée de courge			x								x			
Fromage			x											