

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 28 Septembre - Déjeuner														
Friand fromage	X	X												
Omelette Bio	X		X											
Carottes berbères bio	X											X		
Yaourt nature sucré Bio	X													
Pomme bicolore Bio														
Goûter	X	X	X											
Mardi 29 Septembre - Déjeuner														
Filet de colin sauce crème curry	X	X		X								X		
Riz pilaf Bio														
Emmental Bio	X													
Banane Bio														
Gouter pain confiture		X												
Mercredi 30 Septembre - Déjeuner														
Escalope de dinde														
Courgettes Bio à la persillade	X													
Gratin de courgettes	X	X												
Pommes vapeur	X													
Cookie	X	X	X											
Smoothie vanille	X													
Gouter croissant	X	X	X											
Jeudi 01 Octobre - Déjeuner														
Tzatziki	X													
Sauté de bœuf		X												
Boulgour pilaf Bio		X												
Yaourt brassé aux fruits Bio	X													
Gouter brioche pepites de chocolat	X	X	X											
Vendredi 02 Octobre - Déjeuner														
Salade verte														
Lasagne végétarienne aux lentilles	X	X							X					
Tomme de pays	X													
Kiwi Bio														
Gouter pain et fromage	X	X												