














































































































































































Liste des 14 allergènes principaux par recette - SAINT MARTIN

															
	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Lundi 13 Septembre - Déjeuner														
	Assiette de salami	X				X							X		
	Taboulé		X												
	Trio de crudités									X					
	Colin à la bordelaise	X	X	X	X	X	X								
	Viennoise de dinde		X	X											
	Coquillettes		X												
	Courgettes à la provençale		X			X	X			X			X		
	Camembert	X													
	Saint-Nectaire	X													
	Yaourt aromatisé	X													
	Fruits de saison BIO														
	Liégeois au chocolat	X									X				
	Smoothie fruits rouges & banane														
	Lundi 13 Septembre - Diner														
	Carottes râpées														
	Maïs aux deux poivrons					X							X		
	Œufs durs mimosa			X		X							X		
	Cordon bleu	X	X	X						X	X		X		
	Filet de colin sauce crème	X	X		X		X								
	Petits pois à la française														
	Riz pilaf														
	Camembert	X													
	Cantal	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Cocktail de fruits														
	Crème dessert à la vanille	X													
	Fruits de saison BIO														
	Mardi 14 Septembre - Déjeuner														
	Cervelas à la vinaigrette					X							X		

															
	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Pastèque														
	Salade verte aux noix						X								
	Filet de loup de mer	X			X										
	Steak haché sauce au poivre	X	X			X	X								
	Blé Bio et pêle-mêle de légumes		X												
	Haricots beurre en persillade	X													
	Bleu	X													
	Tomme blanche	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Compote de pommes														
	Crème dessert au chocolat	X													
	Fruits de saison BIO														
	Mardi 14 Septembre - Diner														
	Concombre au surimi	X	X	X	X	X		X			X		X		
	Pamplemousse														
	Salade du chef	X													
	Filet de lieu à la crème de persil	X	X		X		X								
	Merguez												X		
	Légumes de couscous									X			X		
	Semoule aux raisins	X	X												
	Chèvre buchette	X													
	Fournols	X													
	Fromage blanc	X													
	Fromage blanc aux fruits rouges	X													
	Fruits de saison BIO														
	Tarte aux pommes	X	X	X											
	Mercredi 15 Septembre - Déjeuner														
	Maquereaux à la tomate				X										
	Pâté de foie	X	X			X					X		X		

															
	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Salade verte au maïs														
	Nuggets de volaille	X	X			X									
	Paupiette du pêcheur sauce blanquette	X	X	X	X			X			X				
	Sauté de bœuf mironton		X			X	X			X			X		
	Brocolis	X													
	Pommes frites														
	Chèvre buchette	X													
	Emmental français	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Beignets aux pommes		X	X											
	Compotée de pommes meringuée			X											
	Fruits de saison BIO														
	Mercredi 15 Septembre - Diner														
	Betteraves à la vinaigrette					X							X		
	Salade nordique			X	X	X							X		
	Tomate mimosa			X											
	Spaghetti à la bolognaise	X	X			X				X			X		
	Spaghetti aux fruits de mer	X	X		X	X	X	X	X						
	Choux-fleurs en gratin	X	X												
	Spaghettis	X	X												
	Bleu	X													
	Gouda	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Fromage blanc compote de pommes	X													
	Fruits de saison BIO														
	Mousse aux spéculoos	X	X								X				
	Jeudi 16 Septembre - Déjeuner														
	Friand au fromage	X	X	X											
	Salade club	X				X							X		

															
	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Tomates au fromage blanc	X													
	Feuilleté de poisson au beurre blanc	X	X	X	X	X									
	Riz à la mexicaine		X				X								
	Ratatouille														
	Riz au maïs														
	Edam	X													
	Mimolette	X													
	Yaourt aromatisé	X													
	Douceur lactée aux framboises	X					X								
	Fruits de saison BIO														
	Roulé au chocolat	X	X	X							X				
	Jeudi 16 Septembre - Diner														
	Melon jaune														
	Salade de pâtes au surimi		X	X	X	X		X			X		X		
	Salade verte aux croûtons	X	X												
	Filet de colin meunière et citron	X	X	X	X			X	X						
	Pizza royale	X	X												
	Epinards à la béchamel	X	X				X								
	Pommes cubes rissolées														
	Carré de l'Est	X													
	Saint-Paulin	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Compote pomme fraise														
	Donut	X	X								X				
	Fruits de saison BIO														
	Vendredi 17 Septembre - Déjeuner														
	Œufs durs mimosa			X		X							X		
	Salade rustique	X	X			X							X		
	Saucisson sec et cornichon	X				X							X		

