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 20 Septembre - Déjeuner														
	Salade verte aux croûtons	X	X												
	Saucisson à l'ail		X			X					X		X		
	Tomate vinaigrette					X							X		
	Filet de lieu à la provençale		X		X	X	X			X			X		
	Merguez					X									
	Courgettes à la persillade	X													
	Semoule aux raisins	X	X												
	Coulommiers	X													
	Tomme grise	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Eclair au chocolat	X	X	X							X				
	Flan vanille caramel	X													
	Fruits de saison BIO														
	Lundi 20 Septembre - Diner														
	Œufs durs mayonnaise			X		X							X		
	Salade aux deux choux	X	X			X									
	Salade du chef	X													
	Filet de cabillaud à la vapeur				X										
	Spaghetti à la carbonara	X	X	X			X								
	Brocolis	X													
	Spaghettis	X	X												
	Carré de l'Est	X													
	Fournols	X													
	Fromage blanc	X													
	Compote de pommes														
	Fruits de saison BIO														
	Roulé aux abricots	X	X	X							X				
	Mardi 21 Septembre - Déjeuner														
	Pastèque														

	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Pâté de foie	X	X			X					X		X		
	Salade rustique	X	X			X							X		
	Boulettes de bœuf sauce provençale	X	X			X	X			X	X		X		
	Escalope de porc à la provençale		X			X	X			X			X		
	Saumonette sauce normande	X	X		X	X	X			X					
	Petits pois à la française														
	Purée de pommes de terre	X				X									
	Salade verte														
	Brie	X													
	Camembert	X													
	Yaourt aromatisé	X													
	Beignet au chocolat et noisettes	X	X	X			X				X				
	Fruits de saison BIO														
	Smoothie a la vanille	X													
	Mardi 21 Septembre - Diner														
	Radis beurre	X													
	Salade de pommes de terre au curry														
	Salade verte au jambon et maïs														
	Filet de lieu au basilic	X	X		X	X	X								
	Sauté de porc à la provençale		X				X								
	Carottes fraîches persillées	X													
	Riz pilaf														
	Bleu	X													
	Emmental	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Cocktail de fruits														
	Fruits de saison BIO														
	Liégeois au café	X													
	Mercredi 22 Septembre - Déjeuner														

	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Coleslaw			X		X							X		
	Cheeseburger hollande	X	X			X				X			X	X	
	Fish burger	X	X	X	X								X	X	
	Steak haché														
	Epis de maïs grillé														
	Pommes frites														
	Fruits de saison BIO														
	Muffin tulipe choco pepites chocolat	X	X	X			X				X				
	Mercredi 22 Septembre - Diner														
	Concombre au surimi	X	X	X	X	X		X			X		X		
	Melon jaune														
	Tomate ciboulette														
	Filet de colin sauce citron	X	X		X	X	X								
	Ravioli à la volaille	X	X	X						X			X		
	Salade verte														
	Tortis tricolores		X												
	Fromage blanc	X													
	Mimolette	X													
	Raclette tranchée	X													
	Flan chocolat	X													
	Fruits de saison BIO														
	Gâteau au chocolat	X	X	X			X								
	Jeudi 23 Septembre - Déjeuner														
	Carottes et céleri râpés Local									X					
	Mini-pizza	X	X												
	Salade à l'avocat					X							X		
	Escalope de poulet au citron et l'aneth	X													
	Poissonnette		X	X	X						X				
	Chou vert braisé	X													

	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Riz à l'orientale						X						X		
	Bûchette mi- chèvre	X													
	Comte lait cru	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Fromage blanc aux fruits rouges	X													
	Fruits de saison BIO														
	Mousse chocolat au lait	X													
	Jeudi 23 Septembre - Diner														
	Carottes râpées et sauce salade					X							X		
	Salade verte au maïs														
	Taboulé		X												
	Croque italien	X	X				X								
	Croque-monsieur	X	X	X											
	Maïs au beurre	X													
	Pommes campagnardes														
	Camembert	X													
	Yaourt nature sucré bio	X													
	Compote de pommes et fraises														
	Donuts au cacao	X	X								X				
	Fruits de saison BIO														
	Vendredi 24 Septembre - Déjeuner														
	Œufs durs sauce cocktail			X		X				X			X		
	Pâté de foie	X	X			X					X		X		
	Salade hollandaise	X													
	Cordon bleu	X	X	X						X	X		X		
	Filet de cabillaud à la vapeur				X										
	Coquillettes		X												
	Epinard branche à la crème	X													
	Fromage blanc	X													

	Repas / Plat	Lait	Blé /	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à	Crustac	Mollusq	Céleri	Soja	Arachid	Moutard	Sésame	Lupin
	Gouda	X													
	Tomme noire	X													
	Compote de pommes														
	Fruits de saison BIO														
	Glace rocket														