

Liste des 14 allergènes principaux par recette - LEZIGNAN ZONE 1

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Lundi 16 Février - Déjeuner														
	Chou rouge Bio vinaigrette					X							X		
	Emincé de porc à l'ananas	X				X									
	Carottes									X					
	Edam Bio	X													
	Crème dessert chocolat	X													
	Pain		X												
	Mardi 17 Février - Déjeuner														
	Pâté de campagne		X			X							X		
	Pilon poulet sauce poulette	X		X		X									
	Poêlée de légumes champêtre					X									
	Emmental Bio	X													
	Corbeille de fruits														
	Pain		X												
	Mercredi 18 Février - Déjeuner														
	Coleslaw Bio			X									X		
	Sauté d'agneau aux épices		X										X		
	Bouलगour pilaf Bio		X												
	Mimolette	X													
	Purée pommes pêches														
	Pain		X												
	Mercredi 18 Février - Gouter														
	Yaourt et miel	X													
	Brioche	X	X	X											
	Corbeille de fruits														
	Jeudi 19 Février - Déjeuner														
	Potage de légumes									X					
	Torti houmous végétarien		X										X		
	Croûte noire	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustac és	Mollusq ues	Céleri	Soja	Arachid es	Moutard e	Sésame	Lupin
	Pomme golden														
	Pain		X												
	Vendredi 20 Février - Déjeuner														
	Crêpe au fromage	X	X	X											
	Pavé de colin à la crème de persil	X	X		X										
	Brunoise de légumes et pommes de terre									X					
	Yaourt à l'abricot Bio	X													
	Crêpe froment sucrée	X	X	X											
	Pain		X												

Liste des 14 allergènes principaux par recette - LEZIGNAN ZONE 1

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Lundi 23 Février - Déjeuner														
	Cèleri rémoulade Bio			X						X			X		
	Saucisse de Toulouse grillée														
	Lentilles Bio														
	Cantal	X													
	Fromage blanc aux fruits	X													
	Pain		X												
	Lundi 23 Février - Gouter														
	Yaourt aromatisé	X													
	Pomme bicolore														
	barre cereales	X	X								X				
	Mardi 24 Février - Déjeuner														
	Dips de carottes et fromage blanc aux herbes	X				X									
	Nuggets de blé		X	X											
	Mélange de légume et haricot plat	X													
	Gouda bio	X													
	Flan vanille caramel	X													
	Ketchup dosette														
	Pain		X												
	Mardi 24 Février - Gouter														
	Cake marbré		X	X											
	Fromage frais aux fruits	X													
	Purée de pommes bananes Bio														
	Mercredi 25 Février - Déjeuner														
	Salade de pois chiches														
	Sauté de veau aux olives		X												
	Farfalle à l'emmental	X	X												
	St Môret Bio	X													
	Kiwi Bio														

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Pain		X												
	Mercredi 25 Février - Gouter														
	Gaufre de liège	X	X	X							X				
	Purée de pommes et fraises														
	Yaourt brasse aux fruits	X													
	Jeudi 26 Février - Déjeuner														
	Potage brocolis									X					
	Hachis Parmentier	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Clémentine Bio														
	Pain		X												
	Jeudi 26 Février - Gouter														
	Fromage blanc au miel	X													
	Corbeille de fruits														
	Fourrandise au chocolat		X	X											
	Vendredi 27 Février - Déjeuner														
	Salade verte à la mimolette	X				X							X		
	Filet de colin crème champignons	X	X		X	X									
	Riz pilaf Bio														
	Edam Bio	X													
	Pudding au chocolat	X	X	X											
	Pain		X												
	Vendredi 27 Février - Gouter														
	Yaourt nature sucré Bio	X													
	Compote pommes ananas														
	dolcetto		X	X											

Liste des 14 allergènes principaux par recette - LEZIGNAN ZONE 1

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Lundi 02 Mars - Déjeuner														
	Coquillettes au pistou	X	X	X											
	Sauté de poulet à la moutarde	X	X										X		
	Chou-fleur persillés														
	Yaourt aromatisé	X													
	Banane														
	Pain		X												
	Lundi 02 Mars - Gouter														
	Brioche aux pépites de chocolat	X	X	X							X				
	Coupelle cube fruits														
	Fromage blanc aux fruits	X													
	Mardi 03 Mars - Déjeuner														
	Salade verte aux croûtons	X	X			X							X		
	Cheeseburger	X	X			X					X		X	X	
	Pommes frites														
	Mimolette	X													
	Purée pommes poires														
	Ketchup dosette														
	Pain		X												
	Mardi 03 Mars - Gouter														
	Edam	X													
	Corbeille de fruits														
	Pain		X												
	Mercredi 04 Mars - Déjeuner														
	Potage de légumes									X					
	Macaronis sauce tomate végétarienne		X												
	Camembert	X													
	Emmental râpé	X													
	Corbeille de fruits														

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Pain		X												
	Mercredi 04 Mars - Gouter														
	Compote pommes ananas														
	Mini-roulé à la fraise	X	X	X											
	Yaourt aux fruits	X													
	Jeudi 05 Mars - Déjeuner														
	Salade de lentilles														
	Sauté de bœuf en estouffade		X												
	Haricots verts														
	Gouda bio	X													
	Flan chocolat	X													
	Pain		X												
	Jeudi 05 Mars - Gouter														
	Fromage blanc sucré	X													
	Corbeille de fruits														
	Muffin tulipe choco pépites chocolat	X	X	X							X				
	Vendredi 06 Mars - Déjeuner														
	Roulade de volailles					X					X		X		
	Filet de lieu provencale		X		X	X									
	Semoule Bio		X												
	Tomme blanche	X													
	Corbeille de fruits														
	Pain		X												
	Vendredi 06 Mars - Gouter														
	Yaourt nature sucré	X													
	Corbeille de fruits														
	Moelleux au citron	X	X	X											

Liste des 14 allergènes principaux par recette - LEZIGNAN ZONE 1

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Lundi 09 Mars - Déjeuner														
	Veloute de potiron	X													
	Ravioli à la volaille et emmental rapé	X	X	X						X			X		
	Croûte noire	X													
	Mousse chocolat au lait	X													
	Pain		X												
	Mardi 10 Mars - Déjeuner														
	Œufs durs mayonnaise			X		X							X		
	Croq'veggie tomate		X	X											
	Gratin de légumes	X	X							X					
	Yaourt nature sucré	X													
	Purée pommes mangues														
	Pain		X												
	Mercredi 11 Mars - Déjeuner														
	Chou blanc vinaigrette					X							X		
	Merlu sauce paprika	X	X		X										
	Riz Bio pilaf														
	Saint-Paulin	X													
	Donuts	X	X								X				
	Pain		X												
	Mercredi 11 Mars - Gouter														
	Yaourt aromatisé	X													
	Pain et chocolat noir		X								X				
	Pomme golden														
	Jeudi 12 Mars - Déjeuner														
	Taboulé Bio		X			X									
	Sauté de porc aux olives		X												
	Carottes braisées														
	Gouda Bio	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustac és	Mollusq ues	Céleri	Soja	Arachid es	Moutard e	Sésame	Lupin
	Fruits														
	Pain		X												
	Vendredi 13 Mars - Déjeuner														
	Salade verte et œuf dur			X											
	Torsade émincé de poulet sauce normande	X	X								X				
	Emmental râpé	X													
	Pont l'Evêque	X													
	Gâteau pommes Tatin	X	X	X			X								
	Pain		X												

Liste des 14 allergènes principaux par recette - LEZIGNAN ZONE 1

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Lundi 16 Mars - Déjeuner														
	Potage de courgettes									X					
	Riz cantonais			X											
	Mimolette	X													
	Corbeille de fruits Bio														
	Pain		X												
	Mardi 17 Mars - Déjeuner														
	Salade verte edam	X				X							X		
	Nugget filet poulet		X												
	Pommes frites														
	Brie Bio	X													
	Crème dessert chocolat	X													
	Ketchup dosette														
	Pain		X												
	Mercredi 18 Mars - Déjeuner														
	Blé vinaigrette		X			X							X		
	Rôti de porc au jus	X													
	Brocolis saveur orientale												X		
	Edam Bio	X													
	Poire au sirop														
	Pain		X												
	Mercredi 18 Mars - Gouter														
	Fromage blanc sucré	X													
	Banane														
	Fourrandise au chocolat		X	X											
	Jeudi 19 Mars - Déjeuner														
	Dips carottes sauce paprika	X		X		X							X		
	Sauté de veau Marengo		X												
	Petits pois à la française Bio	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustac és	Mollusq ues	Céleri	Soja	Arachid es	Moutard e	Sésame	Lupin
	Yaourt nature sucré	X													
	Pompom		X	X			X								
	Pain		X												
	Vendredi 20 Mars - Déjeuner														
	Betterave Bio														
	Filet de saumon sauce citron	X	X		X	X									
	Risoni		X												
	Emmental râpé	X													
	Fromage frais aux fruits Bio	X													
	Corbeille de fruits locaux														
	Pain		X												

Liste des 14 allergènes principaux par recette - LEZIGNAN ZONE 1

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Céleri	Soja	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
	Lundi 23 Mars - Déjeuner														
	Salade de pois chiches														
	Sauté de dinde à l'estragon	X	X												
	Printanière de légumes														
	Saint-Paulin	X													
	Purée pommes poires														
	Pain		X												
	Mardi 24 Mars - Déjeuner														
	Macédoine Bio mayonnaise			X									X		
	Tajine de kefta à l'agneau parfumé citron	X	X								X				
	Boulgour aux légumes		X							X					
	Yaourt nature sucré Bio	X													
	Corbeille de fruits Bio														
	Pain		X												
	Mercredi 25 Mars - Déjeuner														
	Potage de légumes verts									X					
	Mac and cheese	X	X												
	Emmental	X													
	Corbeille de fruits locaux														
	Pain		X												
	Mercredi 25 Mars - Gouter														
	Gouda	X													
	Compote pommes fraises														
	Pain		X												
	Jeudi 26 Mars - Déjeuner														
	Mousse de canard	X	X	X		X							X		
	Filet de lieu armoricaine	X	X		X	X									
	Duo de haricots verts et haricots beurres														
	Brie Bio	X													

															
	Repas / Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustac és	Mollusq ues	Céleri	Soja	Arachid es	Moutard e	Sésame	Lupin
	Liégeois vanille	X													
	Pain		X												
	Vendredi 27 Mars - Déjeuner														
	Cèleri rémoulade Bio			X						X			X		
	Bœuf bourguignon		X												
	Pommes frites														
	Fromage frais aux fruits Bio	X													
	Gâteau Oréo	X	X	X							X				
	Mayonnaise dosette			X		X							X		
	Pain		X												