

LISTE DES ALLERGÈNES

Date	Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin	
Période du 2 novembre au 8 novembre		S/Viande			COGNIN											
lun 2 novembre	Salade parisienne					X							X			
	Steak de colin sauce lombarde	X			X	X										
	Papillons bio		X													
	Yaourt aromatisé	X														
	Poire allongée Bio															
	Pain 400 g		X													
mar 3 novembre	Chou rouge râpé															
	Omelette au fromage Bio	X		X												
	Brunoise aux saveurs du midi										X					
	Brie bio	X														
	Flan nappé au caramel	X														
	Pain 400 g		X													
jeu 5 novembre	Macédoine bio et mayonnaise			X									X			
	Croq veggio tomate		X	X												
	Chou-fleur bio braisé	X									X					
	Fraidou	X														
	Cake à la noix de coco maison	X	X	X												
	Pain 400 g		X													
ven 6 novembre	Carottes râpées maison Bio					X							X			
	Blé Bio et base hindou Bio		X								X		X			
	Lentilles au jus	X									X					
	Yaourt brassé banane bio	X														
	Crêpe nature sucrée Bio	X	X	X												
	Pain 400 g bio		X													

LISTE DES ALLERGÈNES



Date	Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin	
Période du 9 novembre au 15 novembre		S/Viande			COGNIN											
lun 9 novembre	Betteraves Bio															
	Quenelles Bio sauce normande	X	X	X		X										
	Petits pois BIO au jus	X														
	Saint Paulin bio	X														
	Kiwi Bio															
	Pain 400 g		X													
mar 10 novembre	Céleri râpé bio										X					
	Steak de colin à la provençale				X	X										
	Quinoa bio															
	Yaourt nature sucré	X														
	Tarte aux poires	X	X	X			X									X
	Pain 400 g		X													
jeu 12 novembre	Potage au potiron bio	X									X					
	Croq veggie fromage	X	X	X												
	Poireaux BIO braisés	X									X					
	Petit suisse aux fruits Bio	X														
	Pommes bicolore Bio															
	Pain 400 g		X													
ven 13 novembre	Macédoine mayonnaise			X		X							X			
	Aiguillette de colin meunière	X	X	X	X											
	Carottes Vichy bio															
	Brie bio	X														
	crème de framboise au yaourt brassé	X														
	Pain 400 g		X													

LISTE DES ALLERGÈNES

Date	Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin	
Période du 16 novembre au 22 novembre		S/Viande				COGNIN										
lun 16 novembre	Duo de carottes vinaigrette										X					
	Galette italienne	X	X													
	Navets Bio saveur du jardin															
	Carré de l'est bio	X														
	Compote de pommes															
	Pain 400 g		X													
mar 17 novembre	Chou-fleur bio vinaigrette															
	Omelette au fromage Bio	X		X												
	Riz bio créole															
	Yaourt aromatisé vanille Bio	X														
	Clémentine Bio															
	Pain 400 g		X													
jeu 19 novembre	Salade asiatique		X			X				X			X			
	Boulettes azukis fraîcheur	X	X													
	Coquillettes aux petits légumes		X													
	Yaourt nature bio sucré	X														
	Poire allongée Bio															
	Sauce salade mangue					X							X			
	Pain 400 g		X													
ven 20 novembre	Houmous															
	Boulette aux lentilles et tomates au fromage blanc au curry	X	X	X									X			
	Carottes bio à la coriandre															
	Coeur de dame	X														
	Cake au miel et à l'orange maison	X	X	X												
	Pain 400 g		X													

LISTE DES ALLERGÈNES



Date	Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin	
Période du 23 novembre au 29 novembre		S/Viande				COGNIN										
lun 23 novembre	Salade de mâche et croûtons	X	X													
	Filet de hoki sauce potiron curcuma	X			X											
	Boullgour bio pilaf		X													
	Fromy	X														
	Yaourt brassé banane bio	X														
	Pain 400 g		X													
mar 24 novembre	Betteraves Bio															
	Riz BIO tandoori										X		X			
	Haricots rouge															
	Bûche de chèvre BIO	X														
	Poire allongée Bio															
	Pain 400 g		X													
jeu 26 novembre	Velouté carotte et coco maison															
	Quenelle nature bio sauce tomate		X	X												
	Flageolets															
	Petit suisse aux fruits Bio	X														
	Cake aux pépites de chocolat bio		X	X												
	Pain 400 g		X													
ven 27 novembre	Carottes râpées maison Bio					X							X			
	Colin pané		X		X											
	Haricots beurre à la ciboulettes															
	Carré de l'est bio	X														
	Orange Bio															
	Pain 400 g		X													

LISTE DES ALLERGÈNES



Date	Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin	
Période du 30 novembre au 6 décembre		S/Viande			COGNIN											
lun 30 novembre	Salade de lentilles bio maison					X							X			
	Boulette pois chiche tomate enrobante fraîcheur	X	X													
	Semoule Bio		X													
	Petit suisse aux fruits	X														
	Poires au sirop															
	Pain 400 g		X													
mar 1 décembre	Salade du Géant BIO															
	Filet de limande meunière	X	X		X											
	Purée de pommes de terre	X				X				X						
	Edam Bio	X														
	Compote de pommes															
	Pain 400 g		X													
jeu 3 décembre	Salade de haricots verts bio					X							X			
	Quenelles sauce mornay	X	X	X												
	Coquillettes bio		X													
	Fromage blanc nature	X														
	Clémentine Bio															
	Sucre semoule															
	Pain 400 g		X													
ven 4 décembre	Chou rouge râpé bio vinaigrette															
	Galette flageolets curry enrobante à l'ail	X	X	X		X							X			
	Riz bio créole															
	Gouda bio	X														
	Cake au chocolat BIO maison (cacao du commerce équitable)	X	X	X						X						
	Pain 400 g		X													

LISTE DES ALLERGÈNES

Date	Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin	
Période du 7 décembre au 13 décembre		S/Viande			COGNIN											
lun 7 décembre	Betteraves vinaigrette															
	Steak de colin à la crème	X			X											
	Blé bio		X													
	Montboissier	X														
	Banane Bio															
	Pain 400 g		X													
mar 8 décembre	Chou-fleur bio vinaigrette															
	Papillon bio à la méditerranéenne		X													
	Lentilles au jus	X									X					
	Yaourt aromatisé vanille Bio	X														
	Tarte aux pommes Bio	X	X	X			X			X						
	Pain 400 g		X													
jeu 10 décembre	Potage au céleri maison	X				X					X					
	Boulette aux lentilles et tomates fromage blanc ciboulette Bio	X	X													
	Haricots verts persillés															
	Tomme blanche	X														
	Pommes bicolore Bio															
	Pain 400 g		X													
ven 11 décembre	Roulé au fromage	X	X													
	Poisson blanc gratiné au fromage	X		X	X											
	Carottes Vichy bio															
	Fromage blanc aux fruits	X														
	Moelleux au chocolat	X	X	X						X						
	Pain 400 g		X													

LISTE DES ALLERGÈNES



Date	Plat	Lait	Blé / Gluten	Oeuf	Poisson	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin	
Période du 14 décembre au 20 décembre		S/Viande				COGNIN										
lun 14 décembre	Salade coleslaw			X									X			
	Filet de merlu sauce safran	X			X	X										
	Purée de pommes de terre BIO	X														
	Petit cotentin nature	X														
	Moëlleux au citron		X	X												
	Pain 400 g		X													
mar 15 décembre	Crêpe au fromage	X	X	X												
	Filet de Cabillaud à l'estragon	X			X	X										
	Semoule Bio		X													
	Yaourt aux fruits	X														
	Kiwi Bio															
	Pain 400 g		X													
jeu 17 décembre	Terrine de saumon sauce cocktail	X		X	X	X					X		X			
	Poisson blanc crumble de pain d'épices															
	Poêlée de Noël		X													
	Tomme bio	X														
	Bûche au chocolat	X	X	X						X						
	Clémentine Bio															
	Papillote de Noël	X	X	X		X	X			X		X				
	Pain 400 g		X													
ven 18 décembre	Salade verte bio et emmental	X														
	Boulette de pois chiche menthe enrobante à l'ail	X	X	X		X							X			
	Petits pois BIO au jus	X														
	carré frais bio	X														
	Pommes bicolore Bio															
	Pain 400 g		X													