

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 31 décembre au 6 janvier		LES LILAS													
lun 31 décembre	Crêpes aux champignons	X	X	X											
	Filet lieu noir sauce cubaine	X			X	X									
	Blé		X												
	Julienne de légumes										X				
	Yaourt nature sucré	X													
	Kiwi														
mer 2 janvier	Salade coleslaw			X		X							X		
	Filet de saumon sauce crème	X			X										
	Boulgour		X												
	Cantal	X													
	Compote pomme-banane														
jeu 3 janvier	Potage à la courgette	X				X									
	Rôti de boeuf et jus	X				X									
	Nuggets de blé		X								X				
	Haricots verts et flageolets														
	Coulommiers	X													
	Clémentine														
ven 4 janvier	Salade verte														
	Omelette bio	X		X											
	Epinards bio béchamel et pommes de terre	X	X												
	Fromage blanc nature	X													
	Gaufre Fantasia	X	X	X						X					

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 7 janvier au 13 janvier		LES LILAS													
lun 7 janvier	Saucisson sec et cornichons	X				X	X			X			X		
	Roulade de volaille et cornichons					X							X		
	Pavé de colin napolitain		X		X										
	Courgettes et penne bio		X												
	Petit suisse nature et sucre commerce équitable	X													
	Petit suisse aux fruits	X													
	Pommes Golden locales														
	Poires Conférence locales														
mar 8 janvier	Potage de légumes bio														
	Haricots rouge sauce chili et riz														
	Cotentin	X													
	Fraidou	X													
	Orange														
	Kiwi														
mer 9 janvier	Carottes râpées bio														
	Bœuf sauté sauce bery	X				X									
	Boulette de soja sauce fromage blanc curry	X	X	X		X				X	X		X		
	Chou-fleur et pommes de terre														
	Fourme d'Ambert	X													
	Cocktail de fruits sans sucre														
jeu 10 janvier	Laitue Iceberg														
	Salade de mâche														
	Pavé de merlu sauce aux 4 épices	X			X										
	Semoule		X												
	Yaourt nature bio et sucre	X													
	Galette des rois		X	X			X								
ven 11 janvier	Coquillettes à parisienne		X			X							X		
	Salade de pommes de terre à l'échalote					X							X		
	Palette de porc à la diable	X				X							X		
	Galette italienne	X	X												
	Haricots blancs au jus	X													
	Edam	X													
	Saint Paulin	X													
	Banane														
	Ananas														

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 14 janvier au 20 janvier		LES LILAS													
lun 14 janvier	Cœur de laitue croquant														
	Salade harmonie														
	Boulette de boeuf bio au jus	X	X			X									
	Pennes aux parfums du jardin		X												
	Penne Bio à l'italienne		X			X					X				
	Mimolette	X													
	Emmental	X													
	Abricots au naturel sans sucre														
	Pêches au naturel sans sucre														
mar 15 janvier	Taboulé		X												
	Salade piémontaise (sans porc)			X		X							X		
	Saucisse de Montbéliard	X											X		
	Escalope de blé panée		X	X											
	Carottes et salsifis														
	Yaourt local (sans sucre ou aromatisé)														
	Orange														
	Ananas														
mer 16 janvier	Salade de mâche et betteraves														
	Filet de hoki sauce citron	X			X										
	Ratatouille bio et coquille		X												
	Montboissier	X													
	Muffin's au chocolat	X	X	X						X					
jeu 17 janvier	Endives vinaigrette														
	Carottes râpées														
	Gigot d'agneau au jus	X				X									
	Boulette au pistou	X	X												
	Printanière de légumes														
	Fromage blanc, compote Pomme Banane et Spéculoos	X	X												
ven 18 janvier	Potage paysan	X				X									
	Aiguillette de colin meunière	X	X	X	X										
	Pommes rissolées.														
	Camembert bio	X													
	Pointe de Brie bio	X													
	Banane														
	Kiwi														

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 21 janvier au 27 janvier		LES LILAS													
lun 21 janvier	Friand au fromage	X	X	X											
	Friand à la viande	X	X												
	Nuggets de poisson		X		X										
	Petits pois bio et carottes bio														
	Pont l'Evêque	X													
	Bûchette mi-chèvre	X													
	Clémentine														
	Ananas														
mar 22 janvier	Œuf dur Bio mayonnaise			X									X		
	Thon mayonnaise			X	X	X							X		
	Macaroni bio à la mexicaine		X												
	Yaourt nature bio et sucre	X													
	Orange														
	Kiwi														
mer 23 janvier	Salade anglaise au cheddar	X	X			X							X		
	Rôti de boeuf nappé de sauce olives	X				X									
	Boulette Azuki	X	X												
	Piperade et riz														
	Carré de l'est BIO	X													
	Crème dessert au chocolat	X								X					
jeu 24 janvier	Potage potiron	X				X					X				
	Pavé de merlu sauce du verger	X			X										
	Purée pomme de terre et betterave	X				X				X					
	Petit suisse nature et sucre	X													
	Petit suisse aux fruits	X													
	Poire ronde bio														
	Pommes rouge bio														
ven 25 janvier	Endives vinaigrette locales														
	Chou rouge vinaigrette local														
	Burger de veau au jus	X	X	X		X				X					
	Galette Tex mex		X												
	Bouquet de brocolis béchamel	X	X												
	Tomme Noire	X													
	Saint Paulin	X													
	Stracciatella copeaux chocolat	X								X					

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 28 janvier au 3 février		LES LILAS													
lun 28 janvier	Salade du chef	X													
	Céleri méditerranéen			X		X					X		X		
	Moules marinières				X	X			X						
	Frites au four														
	Brie	X													
	Mimolette	X													
	Compote pomme-fraise														
	Compote de poires														
mar 29 janvier	Potage aux poireaux et pommes de terre bio	X													
	Boulettes de bœuf à l'orientale	X	X			X				X	X				
	Nuggets de blé		X								X				
	Lentilles au jus	X									X				
	Petit suisse nature bio et sucre	X													
	Petit suisse aux fruits bio	X													
	Pommes bicolores locales														
	Poires William locales														
mer 30 janvier	Pizza au fromage	X	X												
	Rôti de veau sauce forestier	X				X									
	Boulette de soja sauce méditerranéenne	X	X	X		X				X	X		X		
	Printanière de légumes														
	Emmental	X													
	Ananas bio														
jeu 31 janvier	Salade de mâche														
	Champignon émincé crème ciboulette	X													
	Omelette bio	X		X											
	Poêlée de légumes														
	Milk Shake fraise	X													
	Sablé Retz	X	X												
ven 1 février	Salade farandole														
	Brunoise de radis noir														
	Colin sauce fromagère	X			X										
	Purée de courgettes et pommes de terre	X				X				X					
	Bûchette mi-chèvre	X													
	Tomme blanche	X													
	Crêpe moelleuse sucrée	X	X	X											
	Crêpe caramel beurre salé	X	X	X											

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 4 février au 10 février		LES LILAS													
lun 4 février	Carottes râpées														
	Chou blanc vinaigrette														
	Jambon blanc														
	Croq fromage	X	X	X											
	Ratatouille bio et coquillettes bio		X												
	Yaourt aux fruits	X													
	Pêches au naturel sans sucre														
	Abricots au naturel sans sucre														
mar 5 février	Roulade de volaille														
	Mousse de canard et cornichons		X			X							X		
	Semoule à l'andalouse		X								X		X		
	Saint Nectaire	X													
	Tomme grise	X													
	Ananas bio														
	Orange bio														
mer 6 février	Potage à la tomate bio		X			X					X				
	Filet de lieu noir sauce nantua	X			X	X		X	X						
	Courgettes braisées	X									X				
	Pommes vapeur														
	Yaourt nature bio et sucre	X													
	Banane														
jeu 7 février	Salade verte locale et soja														
	Emincé de poulet sauce brune asie	X	X							X					
	Boulettes azuki sauce fraîcheur	X	X												
	Carottes à la coriandre														
	Riz cantonnais														
	Fraidou	X													
	Moëlleux jasmin	X	X	X						X					
ven 8 février	Roulé au fromage	X	X												
	Crêpes jambon fromage	X	X	X											
	Cubes de Colin sauce aneth	X			X	X									
	Purée d'épinards	X				X				X					
	Coulommiers	X													
	Camembert	X													
	Pommes Golden bio														
	Poire ronde bio														

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 11 février au 17 février		LES LILAS													
lun 11 février	salade provençale														
	Laitue Iceberg														
	Pavé de merlu sauce cubaine	X			X	X									
	Chou-fleur béchamel et pommes de terre	X	X												
	Saint Paulin	X													
	Edam	X													
	Flan nappé au caramel	X													
	Flan au chocolat	X													
mar 12 février	Potage cultivateur					X									
	Tortis à la méditerranéenne		X								X				
	Camembert bio	X													
	Carré de l'est bio	X													
	Orange														
	Ananas														
mer 13 février	Céleri Bio râpé au fromage blanc	X									X				
	Rôti de boeuf au jus	X				X									
	Omelette Bio	X													
	Pommes rissolées.			X											
	Fromage blanc, compote de pomme et spéculoos	X	X												
jeu 14 février	Taboulé		X												
	Blé à la provençale		X			X							X		
	Palette de porc au jus	X				X							X		
	Boulettes azukis enrobante fraîcheur	X	X												
	Haricots verts bio et flageolets														
	Fournols	X													
	Gouda	X													
	Pommes Golden bio														
	Poire william bio														
ven 15 février	Carottes râpées locales														
	Chou rouge vinaigrette														
	Colin mariné au thym et citron		X		X										
	Petits pois et carottes à la lyonnaise	X													
	Petit suisse aux fruits	X													
	Petit suisse nature et sucre	X													
	Roulé aux myrtilles	X	X	X						X					
	Roulé au chocolat	X	X	X						X					

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 18 février au 24 février		LES LILAS													
lun 18 février	Oeuf dur bio mayonnaise			X									X		
	Thon mayonnaise			X	X	X							X		
	Saucisse de Montbéliard	X											X		
	Galette espagnole														
	Gratin du sud	X	X												
	Mimolette	X													
	Saint Nectaire	X													
	Ananas frais bio														
	Orange bio														
mar 19 février	Pomelos et sucre														
	Salade coleslaw			X									X		
	Bœuf sauté à la dijonnaise	X				X							X		
	Quenelle nature sauce mornay	X	X	X											
	Spicy potatoes		X												
	Montboissier	X													
	Bleu	X													
	Mousse au chocolat au lait	X													
	Crème dessert au caramel	X													
mer 20 février	Salade de lentilles					X							X		
	Filet de Cabillaud à l'oseille	X			X	X									
	Ratatouille et riz Commerce Equitable														
	Tomme Noire bio	X													
	Kiwi														
jeu 21 février	Potage aux épinards bio	X				X									
	Poulet rôti														
	Boulette de soja sauce méditerranéenne	X	X	X		X				X	X		X		
	Purée de Haricots verts et pommes de terre	X				X				X					
	Yaourt nature bio et sucre	X													
	Pomme golden bio														
	Poire conférence bio														
ven 22 février	Céleri rémoulade local			X		X					X		X		
	Salade verte locale														
	Nuggets de poisson		X		X										
	Emincé de poireaux et pommes de terre béchamel	X	X												
	Petit suisse aux fruits	X													
	Petit suisse nature et sucre	X													
	Compote de poires														
	Compote de pommes														

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 25 février au 3 mars		LES LILAS													
lun 25 février	Salade de coquillettes au pesto		X												
	Filet de hoki sauce waterzoi	X			X	X					X				
	Poiso						X								
	Emmental	X													
	Cake au chocolat blanc	X	X	X						X					
mar 26 février	Salade du chef	X		X		X					X		X		
	Cheese burger	X	X	X						X			X	X	
	Boulette azuki	X		X											
	Frites au four														
	Yaourt aux fruits	X													
	Ananas														
mer 27 février	Potage freneuse	X				X									
	Rôti de veau au jus	X				X									
	Omelette Bio	X		X											
	Purée de carottes et pommes de terre	X				X				X					
	Petit suisse nature et sucre	X													
	Orange														
jeu 28 février	Salade verte bio et croûtons	X	X												
	Colin sauce brésilienne	X	X	X	X										
	Ratatouille														
	Pommes vapeur														
	Tomme blanche	X													
	Cocktail de fruits sans sucre														
ven 1 mars	Chou blanc vinaigrette local														
	Saucisses Francfort à la volaille														
	Boulettes de soja									X					
	Gratin boulgour courgettes sauce cheesy	X	X												
	Mousse myrtille et spéculoos	X	X							X					