

# LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
<b>Période du 3 janvier au 9 janvier</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 3 janvier</b>	Taboulé bio		X												
	Salade de lentilles bio					X					X		X		
	Emincé de pois à l'asiatique et carottes		X	X		X				X					
	Fromage blanc et coulis de fraise	X													
	Fromage blanc et coulis mangue-abricot	X													
	Pomme rouge bio														
	Pomme golden bio														
<b>mar 4 janvier</b>	Céleri râpé local			X		X					X		X		
	salade verte locale et croûton	X	X												
	Pavé de colin à la ciboulette	X			X	X									
	Mélange légumes et pommes de terre														
	Coulommiers	X													
	Brie	X													
	Compote pomme-fraise														
	Compote pomme-banane	X													
<b>mer 5 janvier</b>	Potage au potimarron bio	X									X				
	Boeuf braisé aux quatre épices	X				X									
	Mélange 4 céréales Bio		X							X					
	Chili sin carne														
	Bleu d'auvergne AOP	X													
	Poire bio														
<b>jeu 6 janvier</b>	Carottes râpées bio locales vinaigrette					X							X		
	Chou rouge râpé bio à la vinaigrette														
	Sauté de porc au curry	X													
	Boulettes végétariennes au pistou	X	X	X		X							X		
	Gratin de chou-fleur béchamel et pommes de terre	X	X												
	Yaourt nature bio et cassonade	X													
	Galette des rois	X	X	X		X									
<b>ven 7 janvier</b>	Oeufs durs bio mayonnaise			X										X	
	Roulade de volaille et cornichons					X							X		
	Pavé de merlu beurre et citron	X			X	X									
	Purée au céleri et potiron BIO	X									X				
	Cotentin nature	X													
	Fromage fondu Président	X													
	Ananas														
	Banane														

# LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
<b>Période du 10 janvier au 16 janvier</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 10 janvier</b>	Potage paysan Bio	X													
	Boulgour tandoori		X								X		X		
	Saint Nectaire AOC	X													
	Comté AOP	X													
	Purée de pommes miel														
<b>mar 11 janvier</b>	Laitue Iceberg et dés d'emmental	X				X							X		
	Salade de mâche et dés d'emmental	X													
	Bœuf sauté au jus	X				X					X		X		
	Haricots verts bio aux marrons														
	Pommes de terre bio	X													
	Hachis parmentier à l'égréné de pois	X				X				X					
	Mimolette	X													
	Montboissier	X													
	Crème dessert au caramel	X													
	Crème dessert à la vanille	X													
<b>mer 12 janvier</b>	Chou blanc BIO râpé					X							X		
	Filet de limande sauce potiron et curcuma	X	X		X										
	Epinards bio à la crème	X													
	Riz créole														
	Camembert	X													
	Cake seigle à la poire	X	X	X											
<b>jeu 13 janvier</b>	Laitue aux noix					X	X						X		
	Endives aux pommes														
	Tortelloni Pomodoro, Mozzarella bio, sauce tomate	X	X	X											
	Yaourt nature bio et miel	X													
	Banane bio														
	Ananas														
<b>ven 14 janvier</b>	Crêpe au fromage	X	X	X											
	Crêpes aux champignons	X	X	X											
	Poulet rôti														
	Nuggets de blé		X												
	Petits pois à la paysanne	X									X		X		
	Fromage frais aux fruits	X													
	Fromage frais et sucre	X													
	Poire ronde bio														
	Poire Commice bio														

# LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
<b>Période du 17 janvier au 23 janvier</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 17 janvier</b>	Potage Dubarry	X				X									
	Tortis locales aux légumes, flageolets au colombo		X								X				
	Tomme blanche bio	X													
	Carré de l'est bio	X													
	Clémentine bio														
	Kiwi bio														
<b>mar 18 janvier</b>	Salade coleslaw bio			X		X							X		
	Céleri râpé bio			X							X		X		
	Aiguillette de colin panée et citron	X	X		X										
	Purée au brocoli et au potiron bio	X													
	Cantal AOC	X													
	Fourme d'Ambert AOC	X													
	Liégeois au chocolat	X								X					
	Liégeois à la vanille	X								X					
<b>mer 19 janvier</b>	Rillettes de saumon	X		X	X	X							X		
	Emincé volaille bio sauce échalote, champignon	X				X									
	Pommes vapeur														
	Gratin campagnard	X											X		
	Fromage blanc bio et coulis de fraise	X													
	Poire William bio														
<b>jeu 20 janvier</b>	Mesclun et croûton	x	x			X							X		
	Frisée et croûtons	X	X			X							X		
	Rôti de boeuf et jus	X				X					X		X		
	Gratin de navets Bio	X	X												
	Flan de légumes à l'origan	X	X	X							X				
	Yaourt nature bio et sucre	X													
	Muffin chocolat	X	X	X			X			X					
	Muffin vanille	X	X	X			X			X					
<b>ven 21 janvier</b>	Pizza au fromage	X	X												
	Pizza aux dés de dinde	X	X												
	Filet lieu noir sauce aneth	X			X	X									
	Chou-fleur persillé														
	Riz bio créole														
	Edam Bio	X													
	Gouda bio	X													
	Pomme golden bio														
	Pomme rouge bio														

# LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
<b>Période du 24 janvier au 30 janvier</b>															
<b>lun 24 janvier</b>	Potage parmentier	X				X					X				
	Omelette bio	X		X											
	Jardinière de légumes														
	Yaourt nature bio et sucre issu du commerce équitable	X													
	Clémentine														
Ananas															
<b>mar 25 janvier</b>	Salade verte bio et oignons frits					X							X		
	Endives et maïs					X							X		
	Filet de limande meunière et citron	X	X		X										
	Choux romanesco														
	Pommes vapeur														
	Maroilles AOC	X													
	Gorgonzola AOP	X													
	Flan chocolat	X													
Flan vanille	X														
<b>mer 26 janvier</b>	Carottes râpées bio locales					X							X		
	Blanquette de veau	X				X									
	Riz créole bio														
	Riz et émincé de pois sauce blanquette	X	X	X											
	Bûchette de chèvre	X													
Purée de pommes															
<b>jeu 27 janvier</b>	Betteraves en salade					X							X		
	Poireaux vinaigrette					X							X		
	Couscous végétarien et jus		X			X					X		X		
	Tomme noire	X													
	Tomme grise	X													
	Poire Comice bio														
	Poire Conférence bio														
<b>ven 28 janvier</b>	Frisée aux noix					X	X						X		
	Chou rouge et blanc					X							X		
	Rôti de dinde au jus	X				X					X		X		
	Coquillettes locales		X												
	Chou-vert braisé	X									X		X		
	Coquillettes locales, lentilles et maïs		X								X				
	Petit suisse aux fruits bio	X													
	Petit suisse nature bio et sucre	X													
	Kiwi														
	Banane														

# LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
<b>Période du 31 janvier au 6 février</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 31 janvier</b>	Laitue Iceberg et croûtons	X	X			X							X		
	Mâche et poire					X							X		
	Sauté de porc à l'estragon	X				X									
	Pommes de terre et potée, émincé de pois sauce champêtre	X	X	X							X				
	Légumes aux parfums de montagnes					X							X		
	Pommes de terre														
	Gouda bio	X													
	Edam Bio	X													
	Crêpe nature et sucre	X	X	X											
	Crêpe au chocolat	X	X	X			X			X					
<b>mar 1 février</b>	Salade asiatique		X			X				X			X		
	Escalope de poulet sauce aigre douce	X	X			X				X			X		
	Escalope de blé		X	X											
	Nouilles aux petits légumes	X	X							X	X		X		
	Cotentin	X													
	Moëlleux au jasmin	X	X	X						X					
<b>mer 2 février</b>	Rillettes de sardines	X		X	X	X							X		
	Bœuf tomate, oignon	X				X									
	Blé bio		X												
	Blé bio façon chili		X								X				
	Fromage blanc bio nature et sucre	X													
	Banane														
<b>jeu 3 février</b>	Potage au potiron bio	X									X				
	Ragoût de Pommes de terre et haricots blancs														
	Munster AOC	X													
	Pont l'Evêque AOC	X													
	Pomme golden bio														
	Pomme rouge bio														
<b>ven 4 février</b>	Taboulé bio		X												
	Salade de coquillettes bio au pesto		X												
	Pavé de merlu sauce aioli			X	X	X							X		
	Chou-fleur persillé														
	Yaourt nature bio et local et miel	X													

# LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
<b>Période du 7 février au 13 février</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 7 février</b>	Salade verte et croutons	X	X												
	Endive en salade														
	Fricassée de Colin sauce safranée	X			X	X									
	Lentilles bio														
	Montboissier	X													
	Saint Paulin	X													
	Purée de pomme orange confite														
<b>mar 8 février</b>	Friand au fromage	X	X	X											
	Friand à la viande	X	X												
	Omelette bio	X		X											
	Haricots beurre à la ciboulette														
	Saint Nectaire AOC	X													
	Cantal AOC	X													
	Ananas														
	Kiwi														
<b>mer 9 février</b>	Céleri local à la rémoulade			X		X					X		X		
	Filet lieu noir frais sauce armoricaine	X			X	X		X	X						
	Carottes bio persillées														
	Pommes rissolées														
	Coulommiers	X													
	Semoule au lait	X	X												
<b>jeu 10 février</b>	Potage Crécy														
	Macaronis bio aux légumes braisés bio		X												
	Yaourt nature bio et cassonade	X													
	Poire William bio														
	Poire comice bio														
<b>ven 11 février</b>	Salade iceberg, radis rondelles et maïs					X							X		
	Frisée aux noix					X	X						X		
	Façon tartiflette à la dinde	X	X			X									
	Ragout de pommes de terre et haricots blancs														
	Fromage blanc bio nature et sucre	X													
	Fromage blanc bio et sauce fraise	X													
	Cake épeautre pomme tatin	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
<b>Période du 14 février au 20 février</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 14 février</b>	Oeufs durs bio mayonnaise			X									X		
	Sardines à l'huile				X										
	Dahl de lentilles corail														
	Camembert	X													
	Carré de l'est	X													
	Pomme bicolore bio														
	Pomme golden bio														
<b>mar 15 février</b>	Pois chiches en salade et cumin					X							X		
	Maïs en salade					X							X		
	Emincé de volaille BIO curry	X													
	Haricots verts BIO à l'ail														
	Flageolets														
	Fromage blanc bio nature et coulis mangue-abricot	X													
	Fromage blanc bio et coulis fraise	X													
	Poire bio allongée														
	Poire bio ronde														
<b>mer 16 février</b>	Potage au céleri local	X									X				
	Rôti de boeuf sauce aux fruits secs et épices	X				X									
	Mélange aux 4 céréales Bio		X							X					
	Blé et œufs brouillés au curcuma	X	X	X											
	Bleu d'auvergne AOP	X													
	Ananas bio														
<b>jeu 17 février</b>	Salade laitue Iceberg, haricots rouges, maïs, vinaigrette au sirop d'érable					X							X		
	Chou blanc blanc et raisin, vinaigrette					X							X		
	Gratin Campagnard	X											X		
	Tomme grise	X													
	Tomme noire	X													
	Crème dessert vanille	X													
	Crème dessert chocolat	X													
<b>ven 18 février</b>	Carotte râpées bio locales au citron					X							X		
	Mesclun, vinaigrette au miel					X							X		
	Filet de limande à la crème	X			X										
	Chou-vert braisé	X									X		X		
	Coquillettes locales et fromage râpé	X	X												
	Yaourt nature bio et cassonade	X													
	Muffin chocolat	X	X	X			X			X					
	Muffin vanille	X	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
<b>Période du 21 février au 27 février</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 21 février</b>	Potage Pommes de terre et légumes Bio	X													
	Colin meunière et citron	X	X	X	X			X	X						
	Gratin boulgour-carotte, sauce fromage	X	X												
	Saint Nectaire	X													
	Pomme golden bio														
<b>mar 22 février</b>	Salade coleslaw bio et locale			X		X							X		
	Omelette bio	X		X											
	Emincé de poireaux et pommes de terre au gratin	X	X												
	Brie	X													
	Riz au lait	X	X												
<b>mer 23 février</b>	Endives aux croûtons	X	X			X							X		
	Blé, lentilles et maïs		X			X					X		X		
	Mimolette	X													
	Flan vanille nappé caramel	X													
<b>jeu 24 février</b>	Betterave bio					X							X		
	Sauté d'agneau sauce au pain d'épices	X	X			X									
	Coquillettes locales		X												
	Coquillettes locales et méli-mélo du potager		X												
	Fromage blanc et sauce fraise	X													
	Poire allongée bio		X												
<b>ven 25 février</b>	Roulade de volaille et cornichons					X							X		
	Fricassée de saumon sauce nantua	X			X	X		X	X						
	Epinards à la crème bio	X													
	Riz bio														
	Yaourt nature bio et sucre	X													
	Cake agrumes	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
<b>Période du 28 février au 6 mars</b>		<b>LES LILAS</b>													
<b>lun 28 février</b>	Salade parmentière Bio			X									X		
	Emincé de pois sauce champêtre et haricots verts	X	X	X							X				
	Bûchette chèvre	X													
	Ananas														
<b>mar 1 mars</b>	Carottes râpées bio locales					X							X		
	Filet lieu noir frais, beurre blanc	X			X	X									
	Brocolis														
	Yaourt nature bio et sucre	X													
	Beignet à la framboise		X	X			X					X			
<b>mer 2 mars</b>	Salade verte bio et dés de mimolette	X				X							X		
	Sauté de bœuf aux champignons	X				X					X		X		
	Riz bio														
	Salsifis														
	Riz tandoori										X		X		
	Emmental	X													
	Purée de pomme romarin														
<b>jeu 3 mars</b>	Potage freneuse	X													
	Ragoût de Pomme de terre et haricots blancs														
	Cantal AOC	X													
	Pomme golden bio														
<b>ven 4 mars</b>	Cake carottes locales emmental	X	X	X											
	Steak haché														
	Pané du fromager et epinards	X	X												
	Purée de pommes de terre	X				X				X	X				
	Fromage blanc et coulis mangue-abricot	X													
	Banane														

# LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS



Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
------	------	------	--------	------	----------	----------	-----------------	-----------	------------	------	--------	-----------	----------	--------	-------