

menu OCTOBRE 2020 Liste des allergènes présents

Abréviations:									
G: gluten		A: arachide		S: soja		C: crustacés		FC: fruits à coque	
P: poisson		O : œuf		M: moutarde		L: lait		Cel: cèleri	
						Jeudi 1		Vendredi 25	
						taboulé	GM	chou bicolore	M
						steak haché au jus		poulet rôti	
						carottes persillées		purée p de terre	L
						comté AOP	L	camembert	L
						cocktail de fruits		tarte au chocolat	GOL
Lundi 5		Mardi 6		Mercredi 7		Jeudi 8		Vendredi 9	
carotte râpée vinaigrette		salade chou emmental raisin sec	LM	salade de céréales aux légumes	G	salade verte	M	Cèleri à la poire	Cel
couscous	Cel	filet de poisson sce aux herb	PGL	filet de poulet foretière	GL	carbonade flamande	LG	Curry butternut/ pois chiche	GL
semoule	G	riz doré		poêlée de légumes verts		haricot vert			
carré de l'Est	L	Buche du Pilat	L	fromage blanc	L	coulommiers	L	vache qui rit	L
compote	L	salade de fruit		fruit		clafoutis p framboise	GOL	fruit	
Lundi 12		Mardi 13		Mercredi 14		Jeudi 15		Vendredi 16	
Betterave rouge	L	salade chou et potiron		salade de pâtes comtoise	GL	sala de verte	M	carotte et cèleri râpés	Cel M
sauce fromage frais		sauce moutarde ancienne	M	filet de poisson		parmentier végétarien	GL	Poulet de Bresse	
saucisse de Morteau		sauté de volaille	GOL	sauce bourguignone	PGL			sauce champignons	LG
lentilles		carottes persillées		haricot vert persillé				riz	
polinois	L	Saint Savin	L	roucoucons	L	comté AOP	L	yaourt nature	L
pomme de Sellières		crème dessert Bio	L	raisin		compote pomme locale		tarte p. pain d'épice	GOLFc
Lundi 19		Mardi 20		Mercredi 21		Jeudi 22		Vendredi 23	
potage grand-mère		taboulé	GM	salade verte	M	cèleri rémoulade	Cel M	salade riz au surimi	PM
bœuf bourguignon	GL	aiguillette de volaille au jus	GL	tarte légumes maison	GOL	tagliatelle aux fruits de m	GLP	sauté de volaille à l'ancienne	GL
torsades	G	petits pois						épinards hachés	LG
saint Moret	L	fromage Altesse	L	camembert	L	Ortolan	L	fromage blanc	L
fruit de saison		fruit de saison		pomme au four		Bavarois au chocolat	GOL	banane	
Lundi 26		Mardi 27		Mercredi 28		Jeudi 29		Vendredi 30	
Macédoine de légumes		pâté croûte	GOL	salade d'endive		betterave rouge		salade verte	
filet de poisson sce poireau	PGL	haut de cuisse de poulet		chipolata	L	bœuf goulash	GL	gratin polenta/carotte	GL
riz safrané		gratin de chou fleur	LG	lentilles		purée de potiron	GL		
coulommiers	L	petit suisse aromatisé	L	saint Nectaire	L	chanteneige	L	pavé d'Affinois	L
fruit de saison		fruit de saison		mousse citron	L	pain d'épice	GOLFc	fruit	

Ces informations sont valables pour les intolérances (traces possibles)

Pour les allergies, un PAI (plan d'accueil personnalisé) doit être mis en place avec le médecin et la structure scolaire