








































## Liste des 14 allergènes principaux par recette

|   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---|--|---|---|---|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | Repas / Plat                               | Lait  | Blé / Gluten  | Oeuf  | Poisson  | Sulfites  | Fruits à coques   | Crustacés   | Mollusques  | Céleri  | Soja  | Arachides   | Moutarde  | Sésame  | Lupin   |
|    | <b>Lundi 09 Mars - Déjeuner</b>            |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Carottes fraîches râpées vinaigrette       |   |   |   |  | X   |   |   |   |   |   |   | X   |   |   |
|    | Penne à la bolognaise                      |   | X   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Fraidou                                    | X   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Yaourt aromatisé                           | X   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | <b>Mardi 10 Mars - Déjeuner</b>            |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Salade de riz poivron maïs                 |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Semoule pois chiche, carotte, chou fleur   | X   | X   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Banane                                     |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | <b>Mercredi 11 Mars - Déjeuner</b>         |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Pommes de terre aux herbes fraîches        | X   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Clafoutis normand                          | X   | X   | X   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Epinards béchamel                          | X   | X   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Pomme                                      |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | <b>Jeudi 12 Mars - Déjeuner</b>            |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|    | Potage de légumes                          |   |   |   |  |   |   |   |   | X   |   |   |   |   |   |
|    | Emincé de poulet au miel et épices         |   | X   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   | Haricots verts                             |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  | Smoothie Pomme Orange Betterave            |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  | <b>Vendredi 13 Mars - Déjeuner</b>         |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  | Macédoine de légumes mayonnaise            |   |   | X   |  | X   |   |   |   |   |   |   | X   |   |   |
|  | Filet de colin d'Alaska sauce beurre blanc | X   |   | X   | X  | X   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  | Pommes vapeur                              |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  | Mimolette                                  | X   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  | Poire                                      |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |