LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS

elior

Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 15 janvier au 21 janvier 2018		Adulte individuel				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 15 janvier	Potage ardenais	X				X									
	Salade parmentière bio au thon et mayonnaise			X	X	X							X		
	Champignon à la grecque	X	X								X				
	Poulet rôti au jus	X		X		X									
	Filet de colin meunière				X										
	Paupiette de veau forestière	X	X	X		X				X					
	Carottes braisées	X									X				
	Blé		X												
	Bûchette mi-chèvre	X													
	Fromy	X													
	Gouda	X													
	Liégeois au chocolat	X								X					
	Fruit de saison														
	Ananas au sirop														
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 16 janvier	Potage à la tomate et aux vermicelles		X								X				
	Salade chou chou	X		X		X					X		X		
	Pizza au fromage	X	X												
	Hoki bourride	X		X	X	X					X				
	Pavé du fromager	X	X	X											
	Crépinette de porc au porto	X	X			X									
	Tortis tricolores		X												
	Poêlée de légumes														
	Fromage blanc et sucre	X													
	Port Salut	X													
	Rondelé nature	X													
	Fruit de saison														
	Compote pommes bio														
	Compote pomme-fraise sans sucre														
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 17 janvier	Potage parmentier	X				X					X				
	Oeufs durs mayonnaise			X		X							X		
	Concombre en salade					X							X		
	Potée auvergnate	X											X		
	Feuilleté de saumon	X	X	X	X			X							
	Escalope de dinde aux 4 épices	X		X		X									
	Purée de pommes de terre	X				X				X					
	Camembert	X													
	Carré frais bio	X													
	Yaourt Velouté fruix	X													
	Montboissier	X													
	Mousse au café	X													
	Fruit de saison														
	Yaourt aux fruits 0%	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 18 janvier	Velouté de Potiron	X				X					X				
	Salade verte et féta	X				X							X		
	Museau vinaigrette					X							X		
	Courgette farcie, nappée de sauce tomate	X	X	X		X				X					
	Bœuf émincé aux oignons	X		X		X									
	Quenelles de Brochet sauce crevette	X	X	X	X	X		X							
	Petits pois bio au jus	X													
	Endives braisées	X									X				
	Tomme blanche	X													
	Croq lait	X													
	Saint Paulin	X													
	Crème dessert au caramel	X													
	Cake au citron	X	X	X											
	Fruit de saison														
	Compote de poires sans sucre														
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 19 janvier	Potage Crécy					X									
	Brocolis tartare.			X		X							X		
	Radis râpé					X							X		
	Viennoise de dinde		X	X											
	Pavé de poisson mariné à la provençale	X	X		X										
	Boeuf cuit à l'étouffée sauce piquante	X		X		X									
	Boulgour safrané		X												
	Haricots beurre														
	Faisselle	X													
	Cantal	X													
	Pointe de Brie	X													
	Pruneaux au sirop														
	Fruit de saison BIO														
	Ile flottante	X		X											
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 20 janvier	Potage aux poireaux et aux pommes de terre	X				X									
	Maquereau au vin blanc				X										
	Salade de mâche aux petits lardons					X							X		
	Sauté de porc sauce dijonnaise	X				X							X		
	Pavé de poisson mariné au thym		X		X										
	Rognons boeuf sauce porto	X	X			X									
	Riz BIO créole														
	Salsifis persillés														
	Camembert	X													
	Tartare ail et fines herbes	X													
	Emmental	X													
	Compote de poires														
	Semoule au lait	X	X	X											
	Fruit de saison														
	Yaourt aux fruits 0%	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 21 janvier	Potage de légumes bio														
	Salade de pois chiches au cumin					X							X		
	Terrine de légumes agrémentée de mayonnaise	X	X	X		X					X		X		
	Galette sarrazin vol/champign	X	X	X		X									
	Osso bucco de veau	X	X	X		X					X				
	Filet de saumon à l'oseille	X		X	X	X									
	Brunoise de légumes										X				
	Farfalles		X												
	Pont l'Evêque	X													
	Edam	X													
	Yaourt à la grecque	X													
	Tartare nature	X													
	Tarte griottine	X	X	X											
	Carré framboise	X	X	X						X					
	Compote de pommes et pruneaux sans sucre														
	Miel														
	Petit pain de 100 gr		X												

LISTE DES ALLERGÈNES MAJEURS

elior

Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 15 janvier au 21 janvier 2018		Adulte individuel S/Sel				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 15 janvier	Potage ardennais sans sel ajouté	X				X									
	Salade Parmentière sans sel ajouté			X		X							X		
	Poulet rôti sans sel ajouté														
	Carottes braisées sans sel ajouté	X									X				
	Yaourt nature	X													
	Fruit de saison														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
mar 16 janvier	Potage à la tomate sans sel ajouté	X				X									
	Salade chou chou	X		X		X					X		X		
	Hoki sans sel ajouté				X										
	Tortis tricolores sans sel ajouté		X												
	Fromage blanc nature	X													
	Compote pommes bio														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
mer 17 janvier	Potage parmentier sans sel ajouté	X				X					X				
	Concombre en salade					X							X		
	Escalope de dinde au jus sans sel ajouté	X		X		X									
	Purée de pommes de terre sans sel ajouté	X				X				X					
	Mousse au café	X													
	Fruit de saison														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
jeu 18 janvier	Potage au potiron sans sel	X				X					X				
	Méli mélo de salades vertes					X							X		
	Bœuf émincé au jus sans sel ajouté	X		X		X									
	Petits pois au jus sans sel ajouté	X													
	Petit suisse nature	X													
	Cake au citron	X	X	X											
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
ven 19 janvier	Potage Crécy sans sel ajouté					X									
	Radis râpé					X							X		
	Steak de colin sauce provençale sans sel ajouté	X		X	X	X									
	Boulgour sans sel ajouté		X												
	Yaourt velouté nature	X													
	Fruit de saison BIO														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
sam 20 janvier	Potage aux poireaux et aux pommes de terre sans sel	X				X									
	Salade de mâche					X							X		
	Sauté de porc sauce moutarde sans sel ajouté	X				X							X		
	Riz créole sans sel ajouté														
	Fruit de saison														
	Semoule au lait	X	X	X											
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
dim 21 janvier	Potage de légumes bio sans sel														
	Salade de pois chiches					X							X		
	Osso bucco de veau sans sel ajouté	X	X	X		X					X				
	Brunoise de légumes										X				
	Fromage blanc nature	X													
	Tarte griottine	X	X	X											
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												

Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 15 janvier au 21 janvier 2018		Adulte individuel mixé				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 15 janvier	Potage ardenais	X				X									
	Duo de poisson mixé				X										
	Purée de carottes et pommes de terre	X				X				X					
	Fromy	X													
	Petit suisse aux fruits	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 16 janvier	Potage à la tomate		X			X					X				
	Brandade de poisson maison	X			X	X									
	Rondelé nature	X													
	Compote pommes bio														
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 17 janvier	Potage parmentier	X				X					X				
	Boeuf aux carottes mixé	X				X									
	Purée de courgettes et pommes de terre	X				X				X					
	Carré frais bio	X													
	Mousse au café	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 18 janvier	Velouté de Potiron	X				X					X				
	Dinde à l'estragon mixé	X													
	Purée de Haricots verts	X				X				X					
	Croq lait	X													
	Crème dessert au caramel	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 19 janvier	Potage Crécy					X									
	Colin à l'oseille mixé	X			X										
	Purée de potiron et pommes de terre	X				X				X					
	Brebis crème	X													
	Ile flottante	X		X											
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 20 janvier	Potage aux poireaux et aux pommes de terre	X				X									
	Boeuf bourguignon mixé														
	Purée de pommes de terre, carottes et céleri	X				X				X	X				
	Tartare ail et fines herbes	X													
	Semoule au lait	X	X	X											
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 21 janvier	Potage de légumes bio														
	Porc à la provençale mixé	X													
	Purée de pommes de terre	X				X				X					
	Tartare nature	X													
	Carré framboise	X	X	X						X					
	Petit pain de 100 gr		X												