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 01 au 07 octobre 2018		Adulte individuel				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 1 octobre	Soupe de poisson	X	X		X	X		X							
	Méli mélo de salades vertes					X							X		
	Chou blanc râpé sauce vinaigrette					X							X		
	Oeufs durs mayonnaise			X		X							X		
	Sauté de veau sauce marengo	X		X		X									
	Crêpes aux champignons	X	X	X											
	Poisson blanc gratiné au fromage	X	X	X	X										
	Quinoa bio														
	Petits pois très fins braisés	X									X				
	Petit moulé nature	X													
	Fromage fondu au camembert	X													
	Fruit de saison														
	Compote pomme-ananas														
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 2 octobre	Potage cultivateur					X									
	Salade de pois chiche bio					X							X		
	Céleri et mayonnaise au curry			X		X					X		X		
	Cordon bleu	X	X							X	X		X		
	Filet de hoki au beurre citronné				X										
	Côte de porc charcutière	X		X		X							X		
	Brocolis saveur du jardin														
	Pommes vapeur														
	Mimolette Portion	X													
	Saint Nectaire	X													
	Cantal	X													
	Crème aux Oeufs	X		X											
	Fruit de saison														
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 3 octobre	Potage à la tomate		X			X					X				
	Cervelas sauce gribiche	X	X	X		X				X			X		
	Terrine de poisson blanc	X		X	X			X	X						
	Feuilleté au fromage	X	X												
	Coquelet rôti aux oignons	X		X		X									
	Gigot d'agneau au jus	X		X		X									
	Haricots blancs au jus	X													
	Aubergines à la provençale	X		X		X									
	Pointe de Brie	X													
	Six de Savoie	X													
	Tomme blanche	X													
	Fruit de saison														
	Liégeois à la vanille	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 4 octobre	Pomelos et sucre														
	Potage paysan	X				X									
	Pizza royale	X	X												
	Méli mélo de salades vertes					X							X		
	Tarte aux légumes	X	X	X											
	Alouette boeuf sauce marchand de vin	X	X	X		X				X	X				
	Filet Cabillaud sauce bourride	X		X	X	X					X				
	Courgettes provençale	X		X		X									
	Pommes noisettes														
	Pavé demi sel	X													
	Yaourt nature	X													
	Petit suisse aux fruits	X													
	Fruit de saison BIO														
	Abricots au sirop														
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 5 octobre	Soupe au pistou		X	X		X					X				
	Concombre en salade					X							X		
	Crèmeux frais	X													
	Encornets à la sétoise	X		X	X	X							X		
	Omelette maison au fromage râpé	X		X											
	Purée de légumes	X				X				X	X				
	Riz créole														
	Epinards à la crème	X													
	Edam Bio	X													
	Montboissier	X													
	Eclair au chocolat	X	X	X						X					
	Semoule au lait	X	X	X											
	Fruit de saison														
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 6 octobre	Potage ferval	X				X					X				
	Salade d'automne					X							X		
	Salade de lentilles					X					X		X		
	Croque Monsieur	X	X	X											
	Poulet sauté à l'ancienne	X								X					
	Burger de veau au jus	X		X		X				X					
	Mélange légumes haricots plats														
	Coquillettes BIO		X												
	Fromage frais au sel de guérande	X													
	Emmental	X													
	Camembert	X													
	Fruit de saison														
	Mousse au café	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 7 octobre	Velouté de champignons bio	X													
	Coeur de frisée et noix					X	X						X		
	Saucisson sec et beurre	X													
	Boudin noir et pommes fruit														
	Feuilleté de poisson au beurre blanc	X	X	X	X	X									
	Bœuf sauté à la provençale	X		X		X									
	Purée de pommes de terre maison	X													
	Chou-vert braisé	X									X				
	Bleu	X													
	Tartare au poivre	X													
	Tomme grise	X													
	Tarte à la poire bourdaloue	X	X	X			X								
	Fruit de saison														
	Carré Abricots	X	X	X						X					
	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 01 au 07 octobre 2018		Adulte individuel S/Sel				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 1 octobre	Soupe de poisson sans sel ajouté	X	X		X	X		X							
	Chou blanc râpé sauce vinaigrette					X							X		
	Sauté de veau sauce marengo sans sel ajouté	X		X		X									
	Petits pois au jus sans sel ajouté	X													
	Petit suisse nature	X													
	Compote pomme-ananas														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
mar 2 octobre	Potage cultivateur sans sel ajouté					X									
	Céleri mayonnaise curry sans sel ajouté			X							X		X		
	Filet de hoki au beurre citronné sans sel ajouté				X										
	Brocolis saveur du jardin sans sel ajouté														
	Fromage blanc nature	X													
	Crème aux Oeufs	X		X											
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
mer 3 octobre	Potage à la tomate sans sel ajouté	X				X									
	Salade de Betteraves					X							X		
	Coquelet rôti sans sel ajouté														
	Haricots blancs sans sel ajouté														
	Yaourt nature	X													
	Liégeois à la vanille	X													
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
jeu 4 octobre	Potage paysan sans sel ajouté	X				X									
	Méli mélo de salades vertes					X							X		
	Filet de Cabillaud sauce bourride sans sel ajouté	X		X	X	X					X				
	Courgettes persillées sans sel ajouté														
	Faisselle	X													
	Fruit de saison														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
ven 5 octobre	Soupe au pistou sans sel		X			X									
	Concombre en salade					X							X		
	Omelette			X											
	Epinards à la crème sans sel ajouté	X													
	Petit suisse nature	X													
	Eclair au chocolat	X	X	X						X					
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
sam 6 octobre	Potage ferval sans sel ajouté	X				X					X				
	Salade de lentilles					X					X		X		
	Sauté de poulet à l'ancienne sans sel ajouté	X								X					
	Mélange de légumes et haricots plats sans sel ajouté														
	Fromage blanc nature	X													
	Fruit de saison														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
dim 7 octobre	Velouté de champignons sans sel ajouté	X				X									
	Coeur de frisée					X							X		
	Bœuf sauté à la provençale sans sel ajouté	X		X		X									
	Purée de pommes de terre sans sel ajouté	X				X				X					
	Yaourt velouté nature	X													
	Tarte à la poire bourdaloue	X	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 01 au 07 octobre 2018		Adulte individuel mixé				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 1 octobre	Soupe de poisson	X	X		X	X		X							
	Saumon provençale mixé	X			X										
	Purée d'épinards et pommes de terre	X				X				X					
	Fromage fondu au camembert	X													
	Compote pomme-ananas														
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 2 octobre	Potage cultivateur					X									
	Volaille à la crème mixé	X													
	Purée de céleri et pommes de terre	X				X				X	X				
	Fraidou	X													
	Crème aux Oeufs	X		X											
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 3 octobre	Potage à la tomate		X			X					X				
	Boeuf aux carottes mixé	X				X									
	Purée de carottes	X				X				X					
	Six de Savoie	X													
	Liégeois à la vanille	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 4 octobre	Potage paysan	X				X									
	Civet de porc mixé	X				X							X		
	Purée de brocolis	X				X				X					
	Pavé demi sel	X													
	Gervitas aux fruits rouges	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 5 octobre	Potage de légumes					X					X				
	Duo de poisson mixé				X										
	Purée de pommes de terre	X				X				X					
	Petit suisse nature	X													
	Compote pommes-pruneaux sans sucre														
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 6 octobre	Potage ferval	X				X					X				
	Jambon braisé mixé	X				X									
	Purée de potiron	X				X				X					
	Fromage frais au sel de guérande	X													
	Mousse au café	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 7 octobre	Velouté de champignons bio	X													
	Merlu aux poivrons mixé	X			X										
	Purée Saint-Germain maison	X													
	Tartare au poivre	X													
	Carré Abricots	X	X	X						X					
	Petit pain de 100 gr		X												