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 10 décembre au 16 décembre 2018	**Adulte individuel**					SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 10 décembre	Soupe de poisson	X	X		X	X		X							
	Laitue Iceberg					X							X		
	Cœur d'artichaut en vinaigrette					X							X		
	Carottes râpées					X							X		
	Bolognaise au Boeuf														
	Galette sarrasin	X	X	X		X									
	Oeufs durs sauce mornay	X	X	X											
	Farfalles		X												
	Epinards braisés	X									X				
	Carré de l'Est BIO	X													
	Brebis crème	X													
	Cocktail de fruits au sirop														
	Fruit de saison														
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 11 décembre	Potage cultivateur					X									
	Taboulé bio		X												
	Salade coleslaw			X		X							X		
	Filet de hoki pané		X		X										
	Cordon bleu	X	X	X						X					
	aux boulettes de bœuf à l'orientale	X	X			X				X	X				
	Chou-fleur béchamel	X	X												
	Purée de potiron	X													
	Mimolette Portion	X													
	Fromage blanc sucré	X													
	Comté	X													
	Fruit de saison														
	Dessert lacté à la vanille	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 12 décembre	Potage à la tomate		X			X					X				
	Cervelas sauce gribiche			X		X							X		
	Coeur de frisée et lardons					X							X		
	Salade de tortis au pesto		X												
	Sauté de veau sauce forestière	X				X									
	Escalope de porc au olives	X				X									
	Flageolets à l'ail														
	Polenta	X													
	Emmental bio	X													
	Six de Savoie	X													
	Montboissier	X													
	Fruit de saison														
	Crème aux Oeufs	X		X											
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 13 décembre	Potage Crécy					X									
	Pomelos et sucre														
	Feuilleté de saumon	X	X	X	X			X							
	Façon tartiflette au porc et reblochon	X				X									
	Tarte aux légumes	X	X	X											
	Escalope de dinde au jus	X				X									
	Blettes à la milanaise	X													
	Petit suisse nature sans sucre	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Port Salut	X													
	Compote pomme-banane														
	Fruit de saison BIO														
	Mousse au café	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 14 décembre	Soupe au pistou		X	X		X					X				
	Salade asiatique		X			X				X			X		
	Crêpes aux champignons	X	X	X											
	Pavé de saumon sauce citron	X			X										
	Colin sauce brésilienne	X	X	X	X										
	Gigot d'agneau au jus	X				X									
	Haricots verts Bio à la provençale					X									
	Riz aux petits légumes														
	Fromy	X													
	Fraidou	X													
	Coeur de dame	X													
	Tarte aux poires	X	X	X			X								
	Fruit de saison														
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 15 décembre	Potage ferval	X				X					X				
	Accras de morue		X		X										
	Terrine de légumes agrémentée de mayonnaise	X	X	X		X					X		X		
	Boeuf bourguignon	X		X		X									
	Brochette de dinde à l'orientale	X	X										X		
	Coquelet rôti aux oignons	X				X									
	Pommes paillasson														
	Choux romanesco														
	Emmental	X													
	Carré frais bio	X													
	Saint Nectaire	X													
	Fruit de saison														
	Riz au lait	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 16 décembre	Velouté de champignons bio	X													
	Saucisson sec et beurre	X					X			X					
	Poireaux vinaigrette					X							X		
	Feuilleté de poisson au beurre blanc	X	X	X	X	X									
	Cassoulet		X							X					
	Sauté de canard aux airelles	X	X	X		X									
	Haricots plats à l'ail														
	Petits moulé ail et fines herbes	X													
	Munster	X													
	Tartare au poivre	X													
	Fruit de saison														
	Tarte aux pommes Normande	X	X	X											X
	Eclair au chocolat	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 10 décembre au 16 décembre 2018	**Adulte individuel S/Sel**	SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage													
lun 10 décembre	Soupe de poisson sans sel ajouté	X	X		X	X		X							
	Carottes râpées					X							X		
	Bolognaise au boeuf sans sel ajouté														
	Farfalles sans sel ajouté		X												
	Petit suisse nature	X													
	Fruit de saison														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
mar 11 décembre	Potage cultivateur sans sel ajouté					X									
	Taboulé sans sel		X												
	Escalope de poulet dijonnais sans sel ajouté	X				X							X		
	Chou-fleur béchamel sans sel ajouté	X								X					
	Fromage blanc nature	X													
	Crème dessert à la vanille	X													
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
mer 12 décembre	Potage à la tomate sans sel ajouté	X				X									
	Salade de tortis au pesto sans sel ajouté		X												
	Sauté de veau sauce forestière sans sel ajouté	X				X									
	Flageolets à l'ail sans sel ajouté														
	Faisselle	X													
	Crème aux Oeufs	X		X											
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
jeu 13 décembre	Potage Crécy sans sel ajouté					X									
	Pomelos et sucre														
	Escalope de dinde au jus sans sel ajouté	X				X									
	Lentilles sans sel ajouté														
	Yaourt nature	X													
	Fruit de saison														
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
ven 14 décembre	Soupe au pistou sans sel		X			X									
	Salade de Betteraves					X							X		
	Pavé saumon sauce citron sans sel ajouté	X			X										
	Haricots verts à la provençale sans sel ajouté					X									
	Fromage blanc nature	X													
	Tarte aux poires	X	X	X			X								
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
sam 15 décembre	Potage ferval sans sel ajouté	X				X					X				
	Radis et beurre	X													
	Bœuf bourguignon sans sel ajouté	X		X		X									
	Carottes Vichy														
	Petit suisse nature	X													
	Riz au lait	X													
	Petit pain 80 g sans sel ajouté		X												
dim 16 décembre	Velouté de champignons sans sel ajouté	X				X									
	Poireau vinaigrette sans sel ajouté					X							X		
	Sauté de canard au jus sans sel ajouté	X				X									
	Haricots plats d'Espagne sans sel ajouté														
	Faisselle	X													
	Eclair au chocolat	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 10 décembre au 16 décembre 2018	**Adulte individuel mixé**	SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage													
lun 10 décembre	Soupe de poisson	X	X		X	X		X							
	Saumon provençale mixé	X			X										
	Purée d'épinards et pommes de terre	X				X				X					
	Cotentin nature	X													
	Liégeois au chocolat	X								X					
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 11 décembre	Potage cultivateur					X									
	Volaille à la crème mixé	X													
	Purée de céleri et pommes de terre	X				X				X	X				
	Fromage blanc sucré	X													
	Ile flottante	X		X											
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 12 décembre	Potage à la tomate		X			X					X				
	Boeuf aux carottes mixé	X				X									
	Purée de carottes	X				X				X					
	Six de Savoie	X													
	Gervitas aux fruits rouges	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 13 décembre	Potage Crécy					X									
	Civet de porc mixé	X				X							X		
	Purée de brocolis	X				X				X					
	Yaourt nature sucré	X													
	Mousse au café	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 14 décembre	Soupe au pistou		X	X		X					X				
	Duo de poisson mixé				X										
	Purée de pommes de terre	X				X				X					
	Fromy	X													
	Dessert lacté nappé au caramel	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 15 décembre	Potage ferval	X				X					X				
	Jambon braisé mixé	X				X									
	Purée de potiron	X				X				X					
	Carré frais bio	X													
	Compote pomme-banane														
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 16 décembre	Velouté de champignons bio	X													
	Merlu aux poivrons mixé	X			X										
	Purée Saint-Germain maison	X													
	Petits moulé ail et fines herbes	X													
	Bavarois aux fruits exotiques	X	X	X			X			X					
	Petit pain de 100 gr		X												