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 14 janvier au 20 janvier 2019	**Adulte individuel**					SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 14 janvier	Potage vert prés	X				X									
	Taboulé bio		X												
	Salade de Haricots verts					X							X		
	Potage vert près sans sel ajouté	X				X									
	Bœuf Mironton	X				X									
	Poisson blanc gratiné au fromage	X	X	X	X										
	Aile de Raie aux câpres				X										
	Purée de potiron	X													
	Choux romanesco														
	Croix de malte	X													
	Tomme de Savoie	X													
	Petit suisse sucré	X													
	Fruit de saison														
	Pêches au sirop														
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 15 janvier	Potage parmentier	X				X					X				
	Salade de pois chiches au cumin					X							X		
	Carottes râpées					X							X		
	Potage parmentier sans sel ajouté	X				X					X				
	Escalope de poulet chasseur	X				X									
	Burger de veau à l'échalote	X		X		X				X					
	Cassoulet		X							X					
	Haricots plats persillés														
	Fromage fondu Président	X		X											
	Fraidou	X													
	Montboissier	X													
	Fruit de saison														
	Compote de poires BIO														
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 16 janvier	Pomelos et sucre														
	Potage Saint Germain	X				X					X				
	Chou rouge méditerrannéen			X		X							X		
	Roulé au fromage	X	X												
	Potage Saint Germain sans sel ajouté	X				X					X				
	Quenelles de veau sauce lyonnaise	X	X	X		X									
	Omelette maison	X		X											
	Andouillette sauce dijonnaise	X				X							X		
	Epinards à la crème	X													
	Pommes lamelles vapeur														
	Saint Paulin BIO	X													
	Brebis crème	X													
	Fromage blanc aux fruits	X													
	Chou Vanille	X	X	X											
	Fruit de saison														
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 17 janvier	Velouté de Potiron	X				X					X				
	Saucisson sec et beurre	X					X			X					
	Endives et croûtons	X	X			X							X		
	Potage au potiron sans sel	X				X					X				
	Escalope de dinde au pain épices	X	X			X									
	Saucisses de Francfort		X												
	Gigot d'agneau au jus	X				X									
	Petits pois bio au jus	X													
	Polenta	X													
	Bleu	X													
	Port Salut	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Fruit de saison														
	Mousse au chocolat noir	X								X					
	Fruit de saison														
	Dosette de moutarde					X							X		
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 18 janvier	Potage de légumes bio														
	Champignon à la grecque	X	X								X				
	Salade provençale					X							X		
	Potage de légumes bio sans sel														
	Nuggets de volaille	X	X			X									
	Filet de colin lieu waterzoï	X			X	X					X				
	Sauté de porc au curry	X													
	Macaroni bio		X												
	Blettes à la béchamel	X	X												
	Fromy	X													
	Camembert	X													
	Tomme blanche	X													
	Fruit de saison														
	Crème dessert au café	X		X											
	Pruneaux au sirop														
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 19 janvier	Potage aux épinards	X				X									
	Croisillon aux champignons	X	X	X		X									
	Radis râpé					X							X		
	Potage aux épinards sans sel ajouté	X				X									
	Brandade de poisson maison	X			X										
	Colin poêlé	X	X		X										
	Rôti de veau aux oignons	X				X									
	Haricots plats persillés														
	Riz bio aux petits légumes bio														
	Peti moulé saveur aux noix	X	X												
	Gouda	X													
	Coeur de dame	X													
	Riz au lait	X													
	Fruit de saison														
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 20 janvier	Potage paysan Bio	X													
	Maquereau au vin blanc				X										
	Duo de coeurs de palmiers et maïs					X							X		
	Potage paysan sans sel ajouté	X				X									
	Tarte aux légumes	X	X	X											
	Paupiette de saumon à l'oseille	X	X	X	X	X				X					
	Pintade rôtie aux mirabelles et au romarin	X				X									
	Pommes cocotte	X				X									
	Jeunes carottes aux parfums du jardin														
	Saint Marcellin	X													
	Camembert	X													
	Port Salut	X													
	Pavé au cacao	X	X	X						X					
	Fruit de saison														
	Tarte aux pommes Normande	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 14 janvier au 20 janvier 2019		**Adulte individuel S/Sel**				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 14 janvier	Taboulé sans sel		X												
	Bœuf mironton sans sel ajouté	X				X									
	Purée de potiron et pommes de terresans sel ajouté	X				X				X					
	Petit suisse aux fruits	X													
	Fruit de saison														
mar 15 janvier	Salade de pois chiches au cumin					X							X		
	Burger de veau			X						X					
	Haricots plats d'Espagne sans sel ajouté														
	Yaourt nature	X													
	Compote de poires BIO														
mer 16 janvier	Chou rouge méditerrannéen			X		X							X		
	Omelette maison sans sel ajouté	X		X											
	Epinards à la crème sans sel ajouté	X													
	Fromage blanc aux fruits	X													
	Chou Vanille	X	X	X											
jeu 17 janvier	Endive vinaigrette					X							X		
	Escalope de dinde au jus sans sel ajouté	X				X									
	Petits pois au jus sans sel ajouté	X													
	Yaourt nature sucré	X													
	Mousse au chocolat noir	X								X					
ven 18 janvier	Salade provençale					X							X		
	Filet de colin lieu sans sauce				X										
	Macaroni sans sel ajouté		X												
	Fromage blanc nature	X													
	Fruit de saison														
sam 19 janvier	Radis râpé					X							X		
	Rôti de veau au jus sans sel ajouté	X				X									
	Blettes persillées sans sel ajouté														
	Riz au lait	X													
	Fruit de saison														
dim 20 janvier	Duo de coeurs de palmiers et maïs					X							X		
	Pintade aux mirabelles et romarin sans sel ajouté	X				X									
	Pommes lamelles vapeur sans sel ajouté														
	Petit suisse nature	X													
	Tarte aux pommes Normande	X	X	X											X

Date	Plat	Lait	Gluten	Oeuf	Poissons	Sulfites	Fruits à coques	Crustacés	Mollusques	Soja	Céleri	Arachides	Moutarde	Sésame	Lupin
Période du 14 janvier au 20 janvier 2019		**Adulte individuel mixé**				SIST PERPIGNAN MEDITERRANEE - Portage									
lun 14 janvier	Potage vert prés	X				X									
	Boeuf bourguignon mixé														
	Purée de Haricots verts	X				X				X					
	Six de Savoie	X													
	Dessert lacté nappé au caramel	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
mar 15 janvier	Potage parmentier	X				X					X				
	Jambon braisé mixé	X				X									
	Purée de chou-fleur et pommes de terre	X				X				X					
	Fromage fondu Président	X		X											
	Crème aux Oeufs	X		X											
	Petit pain de 100 gr		X												
mer 16 janvier	Potage Saint Germain	X				X					X				
	Brandade de poisson parmentière	X			X	X									
	Brebis crème	X													
	Fromage blanc aux fruits	X													
	Petit pain de 100 gr		X												
jeu 17 janvier	Velouté de Potiron	X				X					X				
	Porc à la provençale mixé	X													
	Purée d'épinards et pommes de terre	X				X				X					
	Petit moulé nature	X													
	Mousse au chocolat noir	X								X					
	Petit pain de 100 gr		X												
ven 18 janvier	Potage de légumes bio														
	Saumon provençale mixé	X			X										
	Purée de légumes	X				X				X	X				
	Fromy	X													
	Crème dessert au café	X		X											
	Petit pain de 100 gr		X												
sam 19 janvier	Potage aux épinards	X				X									
	Volaille à la crème mixé	X													
	Purée de courgettes	X				X				X					
	Pavé demi sel	X													
	Compote pommes coing sans sucre														
	Petit pain de 100 gr		X												
dim 20 janvier	Potage paysan Bio	X													
	Civet de porc mixé	X				X							X		
	Purée de brocolis	X				X				X					
	Croq lait	X													
	Pavé au cacao	X	X	X						X					
	Petit pain de 100 gr		X												