

# Déjeuner Self du Lundi 7 Octobre 2024

|  | Lait | Gluten | Crustacés | Poissons | Mollusques | Oeufs | Arachides | Soja | Fruits à coques | Céleri | Moutarde | Sésame | Sulfites | Lupin |
|--|------|--------|-----------|----------|------------|-------|-----------|------|-----------------|--------|----------|--------|----------|-------|
| Carottes rapées vinaigrette                    | T    | T      | T         | T        | T          | T     |           |      |                 | T      | X        |        |          |       |
| Maquereau a la tomate                          |      |        |           | X        |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Salade de haricots verts vinaigrette           |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Salade de pates tricolores et mais vinaigrette |      | X      |           |          |            | T     |           | T    |                 |        | X        |        | X        |       |
| Tarte au fromage                               | X    | X      | T         | T        | T          | X     |           |      | T               | T      | T        |        |          |       |
| Boulettes de boeuf sauce mexicaine             |      | X      |           |          |            |       | T         | T    |                 | T      | T        | T      | T        |       |
| Filet de colin MSC sauce curry                 | X    | T      |           | X        |            |       | T         |      | T               | X      | T        | T      | X        |       |
| Légumes couscous et pois chiches bio Locaux    | T    |        |           |          |            |       |           |      |                 | T      |          |        |          |       |
| Semoule Bio                                    |      | X      |           |          |            |       |           | T    |                 |        | T        |        |          |       |
| Abricots au sirop                              |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Crème au chocolat                              | X    |        |           |          |            |       |           | T    |                 |        |          |        |          |       |
| Kouign amann                                   | X    | X      |           |          |            |       |           | T    |                 |        |          |        |          |       |
| Salade Iceberg                                 |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Petit pain Bio                                 | T    | X      |           |          |            | T     |           |      | T               |        |          | T      |          |       |

Malgré le soin apporté à la réalisation des plats, les recettes réalisées par nos cuisiniers étant nombreuses, nous ne pouvons garantir l'absence totale de trace des 14. A noter, des changements de menus peuvent intervenir en dernière minute, ce tableau est communiqué à titre indicatif en raison de nombreux problèmes d'approvisionnements liés au contexte de crise actuel. Nous vous demandons une très grande vigilance pour les enfants ou adultes qui présenteraient des allergies ou des intolérances alimentaires.

L'ensemble des 14 allergènes peuvent être présents dans les piques-niques en fonction de leur composition. En cas de doute, veuillez contacter le service restauration de votre

# Déjeuner Self du Mardi 8 Octobre 2024

|                                    | Lait | Gluten | Crustacés | Poissons | Mollusques | Oeufs | Arachides | Soja | Fruits à coques | Céleri | Moutarde | Sésame | Sulfites | Lupin |
|------------------------------------|------|--------|-----------|----------|------------|-------|-----------|------|-----------------|--------|----------|--------|----------|-------|
| Filets de hareng fumé              |      |        |           | X        |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Fonds d'artichaut vinaigrette      |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Quiche à la volaille               | X    | X      | T         | T        | T          | X     |           | T    | T               | T      | T        |        |          |       |
| Salade de lentilles vinaigrette    |      | T      |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Salade verte sauce Caesar          | X    |        |           |          |            |       |           |      |                 | T      | X        |        | X        |       |
| Calamars à l'armoricaine           | X    |        | X         | T        | X          |       |           |      |                 |        |          |        | X        |       |
| Saute de boeuf Bio façon carbonade | X    | X      |           |          |            |       |           | T    | T               | X      |          | T      |          |       |
| Carotte à la crème                 | X    | T      |           |          |            |       | T         |      |                 | T      | T        | T      | X        |       |
| Riz Bio                            | X    |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Liégeois à la vanille              | X    |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Quetsches au sirop                 |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Tarte aux pommes (fraiche)         | X    | X      |           |          |            | X     |           | T    | T               |        |          |        |          | T     |
| Salade mêlée (composée)            |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Petit pain Bio                     | T    | X      |           |          |            | T     |           |      | T               |        |          | T      |          |       |

Malgré le soin apporté à la réalisation des plats, les recettes réalisées par nos cuisiniers étant nombreuses, nous ne pouvons garantir l'absence totale de trace des 14. A noter, des changements de menus peuvent intervenir en dernière minute, ce tableau est communiqué à titre indicatif en raison de nombreux problèmes d'approvisionnements liés au contexte de crise actuel. Nous vous demandons une très grande vigilance pour les enfants ou adultes qui présenteraient des allergies ou des intolérances alimentaires.

L'ensemble des 14 allergènes peuvent être présents dans les piques-niques en fonction de leur composition. En cas de doute, veuillez contacter le service restauration de votre

# Déjeuner Self du Mercredi 9 Octobre 2024

|  | Lait | Gluten | Crustacés | Poissons | Mollusques | Oeufs | Arachides | Soja | Fruits à coques | Céleri | Moutarde | Sésame | Sulfites | Lupin |
|--|------|--------|-----------|----------|------------|-------|-----------|------|-----------------|--------|----------|--------|----------|-------|
| Duo de betterave et maïs vinaigrette                         |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Pâté en croûte tranché (porc origine UE)                     |      | X      |           |          |            | X     |           | X    |                 |        | X        |        |          |       |
| Pizza au thon  | X    | X      | T         | X        | T          | X     |           |      | T               | T      | T        |        |          |       |
| Radis et beurre demi-sel                                     | X    |        |           |          |            |       |           |      |                 | T      |          |        |          |       |
| Salade de pois chiches vinaigrette au cumin                  |      | T      |           |          |            |       | T         |      |                 | T      | X        | T      | X        |       |
| Filet de colin meuniere                                      | X    | X      |           | X        | T          | X     |           | T    |                 | T      |          |        |          |       |
| Poulet rôti Label Rouge                                      |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Gnocchis à l'émulsion de poireaux                            | X    | X      |           |          |            | X     |           | T    |                 | T      |          |        | T        |       |
| Ratatouille niçoise  |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Ananas au sirop  |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Eclair au café   | X    | X      |           |          |            | X     |           | X    | T               |        |          |        |          |       |
| Riz au lait igp camargue vanille bourbon et coulis fruit j+5 | X    |        |           |          |            | X     |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Coeur de laitue  |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Petit pain Bio   | T    | X      |           |          |            | T     |           |      | T               |        |          | T      |          |       |

Malgré le soin apporté à la réalisation des plats, les recettes réalisées par nos cuisiniers étant nombreuses, nous ne pouvons garantir l'absence totale de trace des 14. A noter, des changements de menus peuvent intervenir en dernière minute, ce tableau est communiqué à titre indicatif en raison de nombreux problèmes d'approvisionnements liés au contexte de crise actuel. Nous vous demandons une très grande vigilance pour les enfants ou adultes qui présenteraient des allergies ou des intolérances alimentaires.

L'ensemble des 14 allergènes peuvent être présents dans les piques-niques en fonction de leur composition. En cas de doute, veuillez contacter le service restauration de votre

# Déjeuner Self du Jeudi 10 Octobre 2024

|   | Lait | Gluten | Crustacés | Poissons | Mollusques | Oeufs | Arachides | Soja | Fruits à coques | Céleri | Moutarde | Sésame | Sulfites | Lupin |
|---|------|--------|-----------|----------|------------|-------|-----------|------|-----------------|--------|----------|--------|----------|-------|
| Cornet de jambon de dinde et macédoine          | T    | T      |           |          |            | X     |           | T    | T               | T      | X        |        |          |       |
| Mini accras de morue                            | T    | X      |           | X        |            | T     |           | T    |                 |        |          |        |          |       |
| Mortadelle pistachée (porc)                     | X    |        |           |          |            |       |           | X    |                 |        | X        |        |          |       |
| Pomelo  |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Salade de riz niçoise au thon                   | T    | T      | T         | X        | T          | T     |           | T    | T               | T      | X        |        |          |       |
| Bavette d'ailoyau Label Rouge sauce au poivre   | X    | X      |           |          |            |       |           | T    |                 | X      |          | T      | X        |       |
| Bouchées de courgettes et de Féta au curry bio  | X    | X      |           | T        |            | T     |           | T    | T               | T      | T        | T      |          |       |
| Compotée de légumes aubergines poivrons tomates |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Pâtes BIO                                       | X    | X      |           |          |            |       |           | T    |                 |        |          |        |          |       |
| Compote pomme pruneaux                          |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Mousse liégeoise aux fruits                     | X    |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Tarte rosacée aux fruits                        | X    | X      |           |          |            | X     |           | T    | T               |        |          | T      |          |       |
| Salade mâche                                    |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Petit pain Bio                                  | T    | X      |           |          |            | T     |           |      | T               |        |          | T      |          |       |

Malgré le soin apporté à la réalisation des plats, les recettes réalisées par nos cuisiniers étant nombreuses, nous ne pouvons garantir l'absence totale de trace des 14. A noter, des changements de menus peuvent intervenir en dernière minute, ce tableau est communiqué à titre indicatif en raison de nombreux problèmes d'approvisionnements liés au contexte de crise actuel. Nous vous demandons une très grande vigilance pour les enfants ou adultes qui présenteraient des allergies ou des intolérances alimentaires.

L'ensemble des 14 allergènes peuvent être présents dans les piques-niques en fonction de leur composition. En cas de doute, veuillez contacter le service restauration de votre

# Déjeuner Self du Vendredi 11 Octobre 2024

|   | Lait | Gluten | Crustacés | Poissons | Mollusques | Oeufs | Arachides | Soja | Fruits à coques | Céleri | Moutarde | Sésame | Sulfites | Lupin |
|---|------|--------|-----------|----------|------------|-------|-----------|------|-----------------|--------|----------|--------|----------|-------|
| Achards de carottes et haricots verts vinaigrette |      | T      |           |          |            |       | T         |      | T               | T      | T        | T      | X        |       |
| Salade coleslaw                                   | X    |        |           |          |            | X     |           |      |                 | T      | X        |        |          |       |
| Salade piémontaise végétale                       |      |        |           |          |            | X     |           |      |                 | T      | X        |        | T        |       |
| Salami tranché (porc) et cornichon                | X    |        |           |          |            |       |           | T    | T               |        | T        |        |          |       |
| Samoussa de légumes                               |      | X      |           |          |            |       |           | X    |                 |        |          |        |          |       |
| Filet de lieu sauce dorée                         | X    | T      | X         | X        |            |       |           |      |                 | X      |          |        | X        |       |
| Paupiette de veau sauce chasseur                  | X    | X      |           |          |            | T     |           | T    | T               | X      | T        | T      | X        |       |
| Champignons à la crème                            | X    | T      |           |          |            |       | T         |      |                 | T      | T        | T      | X        |       |
| Pommes de terre bio locales persillées            | X    | X      |           |          |            |       | T         |      |                 | T      | T        | T      | X        |       |
| Ile flottante                                     | X    |        |           |          |            | X     |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Moelleux au chocolat et crème anglaise            | X    | X      |           |          |            | X     |           | X    | T               |        |          |        |          |       |
| Salade de fruits frais farandole exotique         |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        |          |        |          |       |
| Salade scarole                                    |      |        |           |          |            |       |           |      |                 |        | X        |        | X        |       |
| Petit pain Bio                                    | T    | X      |           |          |            | T     |           |      | T               |        |          | T      |          |       |

Malgré le soin apporté à la réalisation des plats, les recettes réalisées par nos cuisiniers étant nombreuses, nous ne pouvons garantir l'absence totale de trace des 14. A noter, des changements de menus peuvent intervenir en dernière minute, ce tableau est communiqué à titre indicatif en raison de nombreux problèmes d'approvisionnements liés au contexte de crise actuel. Nous vous demandons une très grande vigilance pour les enfants ou adultes qui présenteraient des allergies ou des intolérances alimentaires.

L'ensemble des 14 allergènes peuvent être présents dans les piques-niques en fonction de leur composition. En cas de doute, veuillez contacter le service restauration de votre