

## Liste des allergènes présents

Menu débutant le 26/10/22

### **Poke Bowls :**

- **Enfants** : Brochettes de poulet, pâtes grecques, sauce yaourt fines herbes, maïs, pommes, mélange carotte chou-rave, haricots, ½ œuf cuit dur, coriandre, curcuma, moutarde, cumin, curry, farine de pois chiches, fenouil, pili-pili, ail, cardamome, contient lait, oignons, ciboulette, persil, sel, poivre, huile d'olives, mayonnaise, beurre liquide.
- **Poulet pané** : Riz à sushi, poulet pané, sauce teriyaki, guacamole, radis, mangues, jeunes oignons, mélange carotte et céleri-rave mayonnaise, oignons frits, graines de sésame, sucre, sel, poivre, gluten, farine blanche, blancs d'œufs, chapelure, miel, sauce soja, maïzena, liant brun.
- **Scampi** : Quinoa, feta, oignons rouges, scampis, lardons, champignons, courgettes, chou-blanc mariné, brocolis, edamames, oignons frits, jeunes oignons, graines de sésame, vinaigrette sésame, gluten, sel, poivre, beurre liquide, huile d'olives.
- **Poulet épicé (sans féculent)** : Spaghetti de courgettes, sauce mayonnaise aux épices, poulet aux épices, feta, avocats, radis, carottes, chou blanc, jeunes oignons, jalapenos, graines de sésame, huiles d'olives, herbes séchées, sel, poivre, gluten, beurre liquide, huile de tournesol.
- **Saumon gravlax**: Riz à sushi, saumon gravlax, sauce wasabi, courgettes, fenouil, carottes, pommes, edamame, mélange de graines de sésame, jeunes oignons, baies roses, sucre, sel, poivre, huile d'olive, citrons jaunes, herbes séchées, gluten, guacamole, sauce soja, wasabi, yaourt grec, mayonnaise.
- **Tataki de Bœuf** : Riz à sushi, bœuf, jus de veau balsamique, avocats, mangues, mélange carotte et chou-rave mayonnaise, roquette, pignons de pin, parmesan, tomates séchées, citrons, sucre, sel, poivre, beurre liquide, gluten, ail, vinaigre balsamique, eau, pâte de jus de veau, liant brun.
- **Thon rouge** : Taboulé vert, thon mariné, vinaigrette sésame, edamame, guacamole, mangues, chou blanc, algues wakamé, citrons verts, graines de sésame, oignons rouges crus, persil, coriandre, menthe, bouillon de poule, huile d'olives, mayonnaise, yahourt grec, sel, poivre, gluten, vinaigre de riz, eau, sucre roux.

- **Porc laqué ( à réchauffer)** : Riz Thai, porc laqué, jus de veau, courgettes grillées, pousse de soja, carottes, oignons rouges caramélisés, mange-tout, cacahuètes grillées, jeunes oignons, sel, sucre, poivre, huile d'olives, herbes séchées, jus d'orange, gluten, beurre liquide.
- **Pâtes intégrales à l'Oriental (à réchauffer)** : Pâtes intégrales, bouillon de volaille aux épices, dés de chipolatas et merguez, courgettes, carottes, céleri vert, panais, rutabaga, pois chiche, persil, citron confit, sel, poivre, beurre liquide, jus d'orange, gluten, eau, bouillon de volaille, épices couscous, harissa.

### **Nouveautés :**

- **Wraps multigrains Poulet** : Tortilla multigrains, poulet frit, guacamole, radis, chou blanc, tomates confites, mangues, courgettes, salade sucrine, graines de sésame, gluten, huile d'olive, huile de tournesol, ail, herbes séchées, sel, poivre, chapelure, blanc d'œufs, farine blanche.
- **Wraps multigrains Saumon** : Tortilla multigrains, saumon, tzatziki moutarde à l'ancienne et aneth, fenouil, avocats, courgettes, concombres, salade sucrine, yaourt grec, citrons, sel, poivre, huile d'olives, gluten, herbes séchées, sel, poivre.
- **Quiche aux légumes** : Pâte brisée, œufs, crème 20%, légumes de saison, fromage râpé, gluten, sel, poivre, épices.

### **Desserts :**

- **Mousse au chocolat noir** : Chocolat noir 50%, oeufs, beurre, crème 40%, sucre, gluten, meringue, pralin, mascarpone.
- **Tiramisu au goût du jour** : Œufs, crème 40%, mascarpone, sucre, spéculoos/café/boudoirs/pommes caramélisées – beurre liquide/caramel beurre salé, gluten.
- **Cookies aux flocons d'avoines** : Beurre, sucre brun, chocolat noir 80%, flocons d'avoines, noix de cajou, cacahuètes, fruits rouges séchés, farine blanche, œufs, gluten.
- **Chou à la crème façon forêt noire** : Eau, lait, farine, sel, sucre, beurre, cerises du nord, jus de cerise du nord, mascarpone, chocolat.
- **Muffin au chocolat noir 80% - Cœur de framboise** : Œufs, gluten, chocolat noir 80%, beurre, sucre, farine blanche, framboise.

### **Boissons :**

- **Citronnade maison BIO** : Citrons jaunes BIO, eau, sucre de canne. ● **Jus multivitaminé** : Carotte, orange, ananas, mangue, pommes Jonagold, poire.

### **Potages :**

- **Potage légumes verts** : Voir étiquette produit.
- **Potage aux goûts du jour** : Voir étiquette produit.