

Midi - INSTITUT MONTALEMBERT

Lundi 3 Février

Recette	Ingrédients	Allergènes
Plat principal		
Filet de colin MSC	Huile, Jus de fruits, Lieu noir, Poivre blanc, Sel fin, Thym	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons
Sauce beurre blanc	Beurre doux, Concentré de fruit, Eau de ville, Échalion, Poivre blanc, Sel fin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait
Tartiflette (reblochon AOP)	Crème fraîche, Lardons fumés, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Pomme de terre, Reblochon, Sel fin, Vin blanc sans alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait
Accompagnement		
Brocolis à l'ail	Ail, Brocoli, Margarine, Poivre gris, Sel fin	
Pommes de terre vapeur	Margarine, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin	
Fromage		
Assortiments de fromages	Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire	Lait et produits à base de lait
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Fruit de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Salade de fruits du chef	Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme bicolore	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l
Yaourt aromatisé	Yaourt aromatisé	Lait et produits à base de lait

Midi - INSTITUT MONTALEMBERT

Mardi 4 Février

Recette	Ingrédients	Allergènes
Entrées		
Betteraves mimosa	Betterave, Oeuf dur	Oeufs et produits à base d'oeufs
Salade de mâche	Salade mâche	
Salade de pommes de terre, persil et oignon rouge	Eau de ville, Huile, Moutarde, Oignon rouge, Persil plat, Poivre gris, Pomme de terre, Sel fin, Vinaigre d'alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Vinaigrette	Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Plat principal		
Bœuf façon bourguignon	Ail, Carotte, Champignon de Paris, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Lardons fumés, Laurier, Margarine, Oignon, Poivre noir, Sauté de Boeuf, Sel fin, Thym, Vin rouge sans alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten
Filet de hoki MSC	Hoki, Huile, Poivre gris, Sel fin, Thym	Crustacés et produits à base de crustacés, Mollusques et produits à base de mollusques, Poissons et produits à base de poissons
Sauce au citron	Concentré de fruit, Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Poivre blanc, Sel fin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Accompagnement		
Carottes aux oignons	Carotte, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin	
Coquillettes	Coquillettes, Huile, Sel gros	Céréales contenant du gluten
Fromage		
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Compote de pommes et vanille du chef	Arôme, Jus de fruits, Pomme à compote	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l
Crème dessert caramel	Crème dessert	Lait et produits à base de lait
Fruit de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	

Midi - INSTITUT MONTALEMBERT

Jeudi 6 Février

Recette	Ingrédients	Allergènes
Entrées		
Céleri rave en rémoulade au curry	Céleri, Curry, Jus de fruits, Mayonnaise, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs
Salade mexicaine	Coriandre fraîche, Eau de ville, Haricot rouge, Huile, Maïs, Moutarde, Oignon, Persil plat, Poivre gris, Poivron rouge, Sel fin, Tomate, Vinaigre d'alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde
Velouté de potiron	Ail, Courge potiron, Crème fraîche, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poivre gris, Sel fin	Lait et produits à base de lait
Plat principal		
Falafels	Falafels	Céréales contenant du gluten
Haricots blanc façon blanquette	Carotte, Céleri, Champignon de Paris, Crème fraîche, Farine de blé, Haricot blanc, Jus de fruits, Margarine, Oignon, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Sauce tomate	Ail, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Laurier, Margarine, Oignon, Paprika, Poivre blanc, Poivron vert, Sel fin, Thym, Tomate	Céréales contenant du gluten
Accompagnement		
Petits pois aux oignons	Ail, Laurier, Margarine, Oignon, Petit pois, Poivre gris, Sel fin, Sucre semoule, Thym	
Riz basmati façon pilaf	Eau de ville, Huile, Laurier, Oignon, Poivre blanc, Riz basmati, Sel fin, Thym	
Fromage		
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Crêpe du chef	Farine de blé, Huile, Lait de vache, Margarine, Oeuf liquide entier, Sel fin, Sucre semoule	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs
Flan nappé caramel	Flan nappé/lait gélifié	Lait et produits à base de lait
Fruit de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	

Midi - INSTITUT MONTALEMBERT

Vendredi 7 Février

Recette	Ingrédients	Allergènes
Plat principal		
Escalope de porc	Escalope de porc, Margarine, Poivre blanc, Sel fin	
Filet de colin MSC en croûte d'herbes	Chapelure, Colin d'Alaska, Farine de blé, Herbes de provence, Margarine, Persil plat, Poivre noir, Sel fin, Thym	Céréales contenant du gluten, Poissons et produits à base de poissons
Sauce charcutière	Cornichon, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Moutarde
Accompagnement		
Fondue de poireaux à la crème	Crème fraîche, Margarine, Poireau, Poivre blanc, Sel fin, Thym	Lait et produits à base de lait
Purée de patates douces	Lait de vache, Margarine, Patate douce, Poivre gris, Pomme de terre, Sel fin	Lait et produits à base de lait
Fromage		
Assortiments de fromages	Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire	Lait et produits à base de lait
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Coupe banane caramel	Banane, Coulis	
Fromage blanc à la confiture de fraises	Confiture, Fromage blanc	Lait et produits à base de lait
Fruit de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	