

Recette	Ingrédients	Allergènes
Plat principal		
Steak haché de boeuf	Steak haché	
Saumonette MSC rôtie	Margarine, Poivre gris, Roussette / Saumonette, Sel fin	Poissons et produits à base de poissons
Sauce citron	Ail, Citron, Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre blanc, Sel fin, Thym	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Accompagnement		
Frites	Frites, Sel fin	
Épinards à la crème	Ail, Crème fraîche, Epinard, Margarine, Poivre blanc, Sel fin, Thym	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		
Fromage blanc à la cassonade	Cassonade, Fromage blanc	Lait et produits à base de lait
Fruit de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Pomme au four à la cannelle	Arôme, Cannelle, Margarine, Pomme bicolore, Sucre semoule	

Midi - INSTITUT MONTALEMBERT

Mardi 8 Avril

Recette	Ingrédients	Allergènes
Entrées		
Taboulé (semoule HVE)	Concombre, Eau de ville, Huile, Jus de fruits, Menthe, Oignon, Poivre gris, Sel fin, Semoule de blé, Tomate	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten
Pâté de campagne	Pâté de campagne	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait
Cornichons	Cornichon	Moutarde
Bâtonnets de concombres	Concombre	
Sauce fromage blanc ciboulette	Ciboulette, Fromage blanc, Jus de fruits, Poivre gris, Sel fin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait
Plat principal		
Rôti de bœuf	Huile, Laurier, Poivre blanc, Rôti de boeuf, Sel fin, Thym	
Sauce échalotes au vinaigre	Ail, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, 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
Filet de lieu MSC	Huile, Lieu noir, Poivre blanc, Sel fin, Thym	Poissons et produits à base de poissons
Sauce Bordelaise	Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin, Vin rouge sans alcool	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten
Accompagnement		
Petits pois aux oignons	Ail, Laurier, Margarine, Oignon, Petit pois, Poivre gris, Sel fin, Sucre semoule, Thym	
Pommes de terre rôties au thym	Ail, Margarine, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin, Thym	
Fromage		
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Fruit de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Flan nappé au caramel	Flan nappé/lait gélifié	Lait et produits à base de lait
Smoothie banane kiwi	Banane, Eau de ville, Jus de fruits, Kiwi	

Midi - INSTITUT MONTALEMBERT

Jeudi 10 Avril

Recette	Ingrédients	Allergènes
Entrées		
Salade de maïs et radis	Eau de ville, Huile, Maïs, Moutarde, Poivre blanc, Radis, 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
Poireaux	Poireau, Poivre gris, Sel fin	
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
Wrap de thon aux carottes râpées	Basilic, Carotte, Mayonnaise, Poivre gris, Salade batavia, Sel fin, Thon au naturel, Tortilla/Wrap	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs, Poissons et produits à base de poissons
Plat principal		
Tortilla aux oignons	Margarine, Oeuf liquide entier, Oignon, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin	Oeufs et produits à base d'oeufs
Tortellini ricotta et épinards, sauce à l'emmental	Farine de blé, Fromage, Lait de vache, Margarine, Muscade, Pâtes farcies, Poivre blanc, Sel fin	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs
Accompagnement		
Haricots verts à l'étuvé	Haricot vert, Margarine, Poivre gris, Sel fin, Thym	
Fromage		
Laitage	Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré	Lait et produits à base de lait
Dessert		
Fruit de saison	Banane, Orange, Poire, Pomme bicolore	
Panna cotta aux framboises	Crème fraîche, Eau de ville, Framboise, Gélatine, Lait de vache, Sucre semoule	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait
Gateau au yaourt	Farine de blé, Levure chimique/Bicarbonate, Oeuf liquide entier, Sucre semoule, Yaourt nature	Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs
, beurre	Beurre doux	Lait et produits à base de lait

Midi - INSTITUT MONTALEMBERT

Vendredi 11 Avril

Recette	Ingrédients	Allergènes
Plat principal		
Filet de hoki MSC	Hoki, Huile, Poivre gris, Sel fin, Thym	Poissons et produits à base de poissons
Sauce aux épices	Ail, Carotte, Cumin, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Margarine, Miel, Oignon, Paprika, Persil plat, Poivre blanc, Raz El Hanout, Sel fin	Céréales contenant du gluten
Haut de cuisse de poulet rôti aux herbes	Haut de cuisse de poulet, Herbes de provence, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Thym	
Accompagnement		
Légumes couscous printanier	Ail, Carotte, Coriandre fraîche, Eau de ville, Margarine, Navet, Oignon, Patate douce, Poireau, Pois chiche, Poivre gris, Raz El Hanout, Sel fin, Tomate	
Semoule HVE	Eau de ville, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Semoule de blé	Céréales contenant du gluten
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	
Pêches au coulis de fruits rouges	Coulis, Pêche	
Liégeois au chocolat du chef	Arôme, Chocolat noir, Crème fraîche, Fécule de maïs, Lait de vache, Oeuf liquide entier, Sucre glace, Sucre semoule	Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs