

Liste des allergènes

Menu débutant le 17/06/24

Poke bowls

Poulet pané / SMALL poulet pané : Ingrédients: riz à sushi (eau , riz grain court , vinaigre de riz (BLÉ), sucre , sel fin), poulet pané (poulet , panko , farine de BLE , sauce SOJA , blanc d'OEUF), mangues, concombre, carottes, sauce teriyaki (eau , sauce SOJA , sirop de gingembre , liant brun (LACTOSE), miel , graines de SÉSAME , jus de citron), radis, guacamole (avocats, jus de citron vert, sel, coriandre, antioxydant), oignons frits (oignons, huile de palme, farine de BLÉ, sel), graines de SÉSAME, jeunes oignons

Tataki de boeuf Ingrédients: riz à sushi (eau , riz grain court , vinaigre de riz (BLÉ), sucre , sel fin), boeuf poêlé (boeuf , huile végétale), tomates, carottes, radis, avocats, tapenade olives noires (olives noires , ail , huile d'olives), pesto rouge (tomates séchées , huile d'olives , pignon de pin (peut contenir des fruits à coque et des SULFITES), roquette , parmesan (LAIT), sel fin , poivre noir), tomates séchées, parmesan (LAIT), sauce balsamique (SULFITES), poivre noir, sel fin

Saumon teriyaki : Ingrédients: riz à sushi (eau , riz grain court , vinaigre de riz (BLÉ), sucre , sel fin), saumon mariné (filet de SAUMON , jus d'orange , liant blanc (LACTOSE)), concombre, mangues, guacamole (avocats, jus de citron vert, sel, coriandre, antioxydant), carottes, radis, sauce teriyaki (eau , sauce SOJA , sirop de gingembre , liant brun (LACTOSE), miel , graines de SÉSAME , jus de citron), graines de tournesol, pickles oignons rouges (oignons rouges , vinaigre de riz (BLÉ))

Buddha bowl (végétarien) : Ingrédients: couscous (contient du GLUTEN issu du BLÉ), houmous pois chiche (pois chiche, piment d'espelette, jus de citron, ail, sel, poivre, huile de SÉSAME, huile de tournesol), pois chiche aux épices (pois chiche , paprika , épices pour couscous , cumin , raz el hanout , épices poulet (MOUTARDE, LACTOSE)), concombre, avocats, tomates cerises, sauce yaourt ciboulette (yaourt grec (LAIT de vache pasteurisé), mayonnaise (jaune d'OEUF, MOUTARDE), ciboulette , jus de citron bio , sel fin , poivre noir), PISTACHES (FRUITS A COQUE), olives noires, jeunes oignons, graines de courge, tomates séchées, bouillon de légumes (SOJA), persil

Scampi marinés (sans lactose) : Ingrédients: riz à sushi (eau , riz grain court , vinaigre de riz (BLÉ), sucre , sel fin), tomates, SCAMPI, carottes, ananas caramélisé (ananas , sucre , huile végétale), guacamole (avocats, jus de citron vert, sel, coriandre, antioxydant), sauce asiatique (eau , sauce hoisin (SOJA, BLÉ, SESAME), sauce SOJA , sauce huître (farine de BLÉ, sauce SOJA, extrait d'huître (MOLLUSQUE)), bouillon de POISSON (CABILLAUD, CÉLERI-rave), ketchup (contient du CELERI), gingembre , jus de citron , fécule de maïs , ail), edamame (fèves de SOJA), graines de SÉSAME, jeunes oignons, huile de SESAME (SOJA, graines de SÉSAME)

Poulet mariné (sans féculent) : Ingrédients: carottes, courgettes, poulet mariné aux épices (poulet , épices pour couscous , huile végétale , cumin , paprika fumé , paprika , sel fin , poivre noir), avocats, houmous pois chiche (pois chiche, piment d'espelette, jus de citron, ail, sel, poivre, huile de SÉSAME, huile de tournesol), concombre, feta (LAIT de brebis), sauce cajun (yaourt grec (LAIT de vache pasteurisé), mayonnaise (jaune d'OEUF, MOUTARDE), thym , piment Espelette , paprika , ail , origan , cumin , sel fin , poivre noir), ananas caramélisé (ananas , sucre , huile végétale), pois chiche aux épices (pois chiche , paprika , épices pour couscous , cumin , raz el hanout , épices poulet (MOUTARDE, LACTOSE)), graines de SÉSAME, jeunes oignons

Jambon serrano : Ingrédients: pâtes grecques (CEREALES), compotée aubergines et poivrons (aubergines , poivrons jaunes , poivrons rouges , huile d'olives , poivre noir , ail , piment Espelette , sel fin), tomates cerises, feta (LAIT de brebis), pesto vert (roquette , persil , huile de tournesol , huile d'olives , basilic , parmesan (LAIT), pignon de pin (peut contenir des fruits à coque et des SULFITES), sel fin , poivre noir), olives noires, jambon serrano (jambon de porc), tomates séchées, sauce balsamique (SULFITES)

Plats du chef à réchauffer

Linguines aux scampi : Ingrédients: linguine (semoule de **BLÉ** dur, blanc d'**OEUF**S. Peut contenir des traces de **SOJA, MOUTARDE, LUPIN**), sauce napolitaine (passata, tomates concassées, carottes, oignons blancs, ail, poivre noir, sucre, sel fin), scampi poêlés (**SCAMPI**, huile végétale), champignons, tomates cerises, courgettes, ciboulette, huile végétale

Penne tomatée à la chair à saucisse et aubergines : Ingrédients: pâtes (semoule de **BLÉ** dur), sauce napolitaine (passata, tomates concassées, carottes, oignons blancs, ail, poivre noir, sucre, sel fin), chair à saucisse (viande de porc 59%, viande de boeuf 39%), aubergines, tomates séchées, passata, oignons blancs, parmesan (**LAIT**), mascarpone (crème de **LAIT**), basilic, thym, piment Espelette, ail, poivre noir, sel fin

Pâtes au pesto, légumes méditerranéens (végétarien) : Ingrédients: pâtes (semoule de **BLÉ** dur), sauce napolitaine (passata, tomates concassées, carottes, oignons blancs, ail, poivre noir, sucre, sel fin), pesto vert (roquette, persil, huile de tournesol, huile d'olives, basilic, parmesan (**LAIT**), pignon de pin (peut contenir des fruits à coque et des **SULFITES**), sel fin, poivre noir), champignons, oignons rouges, aubergines, courgettes, poivrons rouges, poivrons jaunes, parmesan (**LAIT**)

Suggestion du chef : Voir emballage

Quiche aux légumes et lardons : Ingrédients: crème 20%, pâte brisée (farine de **BLÉ**), légumes du moment (voir emballage), **OEUF**, lardons fumés (viande de porc), persil séché, sel fin, poivre noir, noix de muscade

Desserts

Tiramisu au goût du jour :

Spéculoos :Ingrédients: mascarpone (crème de **LAIT**), **OEUF**, spéculoos (farine de **BLÉ**), crème culinaire (**LACTOSE**), sucre

Boudoir : Ingrédients: mascarpone (crème de **LAIT**), **OEUF**, crème culinaire (**LACTOSE**), boudoir bio (farine de **BLÉ**, **OEUF**), cassonade, café

Cookies au chocolat noir: Ingrédients: farine de **BLE**, **BEURRE** de laiterie, chocolat 70,5% (**SOJA, LAIT**), cassonade, flocon d'**AVOINE**, **OEUF**, **NOISETTES**, **AMANDE** effilées, graines de courges, **NOIX** de **CAJOU** (contient des fruits à coque, peut contenir des traces d'**ARACHIDES** et de **SÉSAME**), poudre à lever

Cookies au chocolat blanc : Ingrédients: farine de **BLE**, **BEURRE** de laiterie (**LAIT**), chocolat blanc (beurre de cacao, poudre de **LAIT** entier, arôme naturel de vanille, **SOJA**), cassonade, flocon d'**AVOINE**, **OEUF**, raisins secs, baies de goji, cannerberges, poudre à lever

Mousse au chocolat: Ingrédients: chocolat 54%, blancs d'**OEUF**, mascarpone (crème de **LAIT**), crème culinaire (**LACTOSE**), copeaux de chocolat noir, sucre, jaune **OEUF**

Mousse de framboise : Ingrédients: crème 40% (**LACTOSE**), mascarpone (crème de **LAIT**), coulis de framboises, myrtilles, groseilles, copeaux de chocolat noir, sucre, sucre vanillé

Muffin chocolat cœur framboise : Ingrédients: **OEUF**, **BEURRE** de laiterie (**LAIT**), chocolat 70,5% (**SOJA, LAIT**), cassonade, farine de **BLE**, framboise

Boissons

Ice Tea fruité : Ingrédients: eau, sucre de canne, infusion douces saveur mangue - citron BIO, fleur d'oranger

Citronnade BIO : Ingrédients: eau, citron jaune BIO, sucre

Jus multivitaminés : Ingrédients: oranges, carottes, mangues, ananas, pommes, citron jaune

Limonade : Ingrédients: eau, mangues, jus de citron, oranges, sucre

Potage

Suggestion potages au goût du jour : Voir emballage.

