

MENUS ALLERGENES DE LA CAISSE DES ÉCOLES DU 20E - DÉCEMBRE 2025

	Lundi 1 décembre 2025	ALLERGENES	Mardi 2 décembre 2025		ALLERGENES	Mercredi 3 décembre 2025		ALLERGENES	Jeudi 4 décembre 2025		ALLERGENES	Vendredi 5 décembre 2025		ALLERGENES
				ALLERGENES			ALLERGENES			ALLERGENES			ALLERGENES	
Entrée	Salade verte et feta vinaigrette	moutarde, sulfites, lait		Œufs durs mayonnaise	œuf, moutarde				Tartinable de tomate	/		Velouté butternut		lait
Plat	Haricots blancs à l'italienne	lait	Sauté de dinde LR sauce curry	lait, gluten	Viande hachée et haricots rouges sauce bolognaise	/	Sauce bolognaise végétarienne aux boulettes de jacquier	gluten, céleri	Gratin facon mac & cheese (macaronis et cheddar)	gluten, lait, céleri		Poisson frais du jour sauce citron		poisson, gluten, céleri, lait
Alt.végé	/		Falafels sauce curry	gluten, lait				/				/		
Garniture	Bâtonnets de polenta	lait, œuf	Blé	gluten	Macaronis	gluten		Salade verte	/		Poêlée trio de légumes verts	/		
Laitage	Fromage blanc	lait	Plateau de fromages (comté AOP, emmental, Tomme blanche)	lait	Buchette de chèvre	lait		Yaourt nature	lait		Cantal AOP		lait	
Dessert	Cookie au chocolat	lait, œuf, gluten	Fruit de saison	/	Compote de fruits maison	/		Fruit de saison	/		Dessert facon crumble maison		gluten, lait, œuf	
Goûter	Baguette et chocolat - Lait	gluten, lait	Baguette et confiture fraise - Fruit de saison	gluten	Baguette et Fromage - Jus de fruits	gluten, lait	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison	gluten	Baguette viennoise chocolat - Lait	gluten, lait				
	Lundi 8 décembre 2025	ALLERGENES	Mardi 9 décembre 2025	ALLERGENES	Mercredi 10 décembre 2025	ALLERGENES	Jeudi 11 décembre 2025		ALLERGENES	Vendredi 12 décembre 2025	JOURNÉE DE LA RACLETTE	ALLERGENES		
Entrée	Carottes râpées vinaigrette		moutarde, sulfites		Feuilleté légumes mozzarella		gluten, lait, œuf							moutarde, sulfites
Plat	Pennes	gluten	Poisson pané	poisson, gluten	Sauté de jeune bovin sauce provençale	gluten, céleri		Dahl de lentilles aux haricots plats	céleri, lait		Raclette		lait	
Alt.végé	sauce bolognaise végétarienne	céleri, gluten	/		Carré de seitan sauce provençale	gluten, céleri, lait	Collèges : sauté de jeune bovin sauce provençale	gluten, céleri			Charcuterie végétarienne et pommes de terre		œuf, sulfites	
Garniture	Sauce bolognaise	/	Purée de patate douce	lait	Riz pilaf	céleri	Boulghour	gluten						
Laitage	Carré de l'écluse	lait	St Nectaire AOP	lait	Yaourt nature	lait	Comté AOP	lait			Yaourt nature		lait	
Dessert	Fruit de saison	/	Purée de pomme fraise	/	Fruit de saison	/	Mousse au chocolat au lait	lait, œuf			Fruit de saison	/		
Goûter	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison	gluten	Baguette et chocolat - Compote	gluten	Baguette et Fromage - Fruit de saison	gluten, lait	Baguette et confiture de fraise - Compote	gluten	Baguette viennoise chocolat - Lait	gluten, lait				
	Lundi 15 décembre 2025	ALLERGENES	Mardi 16 décembre 2025	ALLERGENES	Mercredi 17 décembre 2025	ALLERGENES	Jeudi 18 décembre 2025	MENU DE FIN D'ANNÉE	ALLERGENES	Vendredi 19 décembre 2025	ALLERGENES			
Entrée	/		Coleslaw vinaigrette		moutarde, sulfites		/							
Plat	Coquillettes	gluten	Émincé de jeune bovin sauce forestière	céleri, lait, gluten	Œufs brouillés maison	œuf, lait	Effiloché de pintade confite	/			Filet de poisson meunière sauce tartare		poisson, œuf, moutarde, gluten, lait	
Alt.végé	/		Boulettes de pois chiche et blé sauce forestière	céleri, lait, gluten	/		Poêlée maison : butternut rôtie et pois chiche sauce crème	céleri, lait			/			
Garniture	à la cantonnaise	œuf	Riz	/	Curry de haricots plats au lait de coco	lait	Écrasé de pommes de terre	lait			Pommes de terre pop's	/		
Laitage	St Nectaire AOP	lait	Yaourt nature	lait	Comté AOP	lait					Yaourt nature		lait	
Dessert	Salade de fruits maison	/	Fruit de saison	/	Compote de fruits maison	/	Fondue de chocolat et fruits frais	lait			Tresse aux pommes		gluten, lait, œuf	
Goûter	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison	gluten	Baguette et miel - Compote	gluten	Baguette et Fromage - Fruit de saison	gluten, lait	Baguette et confiture de fraise - Compote	gluten	Baguette viennoise chocolat - Lait	gluten, lait				
	Lundi 22 décembre 2025	ALLERGENES	Mardi 23 décembre 2025	ALLERGENES	Mercredi 24 décembre 2025	ALLERGENES	Jeudi 25 décembre 2025	ALLERGENES	Vendredi 26 décembre 2025	ALLERGENES				
Entrée														
Plat	Poulet rôti sauce tartare	œuf,	Chili végétarien	céleri, gluten	Gratin de gnocchis sauce tomate	céleri, lait, gluten					Tortilla		œuf, lait	
Garniture	Haricots verts	/	Riz	/	Salade verte	/					Pennes et aubergines		gluten, céleri	
Laitage	Emmental	lait	Fromage blanc	lait	Pavé d'Affinois	lait					St Nectaire AOP		lait	
Dessert	Fondant au chocolat	lait, soja, œuf, gluten	Fruit de saison	/	Compote de fruits maison	/					Fruit de saison		/	
Goûter	Barre de céréales abricot - Jus de fruits	gluten, soja, sulfites	Muffin au chocolat - Lait	lait,gluten, œuf, soja	Madeleine aux œufs - Lait choco	gluten, œuf, lait					Galettes au beurre - Lait fraise		lait, gluten, œuf	
	Lundi 29 décembre 2025	ALLERGENES	Mardi 30 décembre 2025	ALLERGENES	Mercredi 31 décembre 2025	ALLERGENES	Jeudi 1 janvier 2025	ALLERGENES	Vendredi 2 janvier 2025	ALLERGENES				
Entrée														
Plat	Hachis parmentier au bœuf maison	céleri, lait	Poisson pané sauce tartare	poisson, gluten, œuf, moutarde	Lentilles à la moutarde, pommes de terres et carottes	moutarde, céleri					Couscous végétarien		/	
Garniture	Salade verte	/	Purée de patate douce	lait							Semoule		gluten	
Laitage	Cantal AOP	lait	Yaourt framboise	lait	Comté AOP	lait					Pavé d'Affinois		lait	
Dessert	Compote	/	Fruit de saison	/	Gâteau maison au miel	gluten, œuf, lait					Fruit de saison		/	
Goûter	Moelleux chocolat - Jus de fruits	gluten, œuf, lait	Maxi galette au beurre - Lait nature	gluten, œuf, lait	Brownie aux pépites de chocolat - Jus de fruits	gluten, œuf, fruits à coque					Sablés au beurre - Lait vanille		gluten, lait	

D'après le règlement INCO sur l'information du consommateur sur les produits alimentaires, qui découle du Règlement n°1169/2011 et du décret n° 2015-447, il est obligatoire de présenter clairement les allergènes sur les menus en restauration collective. La liste des 14 allergènes à déclaration obligatoire (ADO) est la suivante :

