MENUS ALLERGENES DE LA RESTAURATION SCOLAIRE - JANVIER 2025

La Caisse des écoles du 20e arrondissement

DOCUMENT PROVISOIRE

LUNDI 06/01/25	ALLERGENES	MARDI 07/01/25	ALLERGENES	MERCREDI 08/01/25	ALLERGENES	JEUDI 09/01/25	ALLERGENES	VENDREDI 10/01/25	ALLERGENES
Cocktail de bonne année : jus de pomme	/	Dahl de lentilles aux épinards	Céleri, lait	Œufs brouillés maison	Œuf	Sauté de veau LR sauce crème	Gluten, lait, céleri	Velouté carottes/pdt maison	Lait, Gluten
Steak haché de veau sauce ketchup maison	sulfites, céleri, gluten					**Option végétarienne** : Œufs brouillés maison	Œuf	Filet de poisson frais sauce oseille	Poisson, lait, céleri, gluten
Option végétarienne : Pavé blé épinard cantal AOP	Gluten, Lait	Riz	/	Poêlée de pâtes aux petits légumes	Gluten, lait	Pommes de terre persillés et ail	/	**Option végétarienne** : Émincé végétal sauce crème	Lait, gluten
Pommes de terre pop's	/	Crémeux d'Anjou	lait	Yaourt brassé nature	Lait	Brocciu AOP et miel	Lait	Poêlée de légumes verts	/
Yaourt brassé nature	Lait	Pomme	/	Fruit de saison	/	Clémentine corse	/	Riz au lait	Lait
Galette républicaine	Gluten,oeuf, lait, fruits à coque							Fruit de saison	/
Baguette bio et confiture de fraise	***Gluten***	*Baguette bio et chocolat*	***Gluten***	*Baguette bio et fromage*	***Gluten, Lait***	*Baguette bio et confiture d'abricot*	***Gluten***	*Baguette viennoise au chocolat*	***Gluten***
Fruit de saison	/	*Lait*	***Lait***	*Compote*	/	*Fruit de saison*	/	*Compote*	/
13/01/25	**ALLERGENES**	**14/01/25**	**ALLERGENES**	**15/01/25**	**ALLERGENES**	**16/01/25**	**ALLERGENES**	**17/01/25** **Journée de la cuisine italienne**	**ALLERGENES**
		Velouté courgettes et carottes maison	Céleri, lait			Carottes râpées vinaigrette	Moutarde, Sulfite	Salade verte vinaigrette	Moutarde, Sulfite
		Poisson pané sauce blanche	Poisson, lait			Émincé de dinde LR sauce moutarde	Céleri, lait, gluten, moutarde	Pâtes à la bolognaise	Gluten
Pavé quinoa et lentilles sauce provençale	Gluten, céleri	**Option végétarienne** : Pané croustillant au fromage sauce blanche	Gluten, lait, Œuf	Falafels	Gluten	**Option végétarienne** : boulettes de lentilles corail, patate douce, oignon	Gluten	**Option végétarienne** : bolognaise végétarienne avec égrégé végétal	Gluten, sulfite
Pommes de terre et haricots verts	/	Riz pilaf	/	Blé à la sauce tomate	Gluten	Petit pois	/	et fromage râpé	Lait
Camembert	Lait	Yaourt nature en poche et miel	Lait	Comté AOP	Lait	Yaourt nature	Lait		
Fruit de saison	/	Fruit de saison	/	Purée pomme fraise en poche	/	et granola	Gluten	**Salade de fruits maison**	/
Baguette bio et confiture d'abricot	***Gluten***	*Baguette bio et confiture de fraise*	***Gluten***	*Baguette bio et chocolat*	***Gluten***	*Baguette viennoise au chocolat*	***Gluten***	*Baguette bio et fromage*	***Gluten, Lait***
Fruit de saison	/	*Lait*	***Lait***	*Fruit de saison*	/	*Compote*	/	*Fruit de saison*	/
20/01/25	**ALLERGENES**	**21/01/25**	**ALLERGENES**	**22/01/25**	**ALLERGENES**	**23/01/25**	**ALLERGENES**	**24/01/25** **Journée de la culture africaine**	**ALLERGENES**
Boulettes de bœuf sauce tajine	Gluten, Céleri	Sauté de dinde LR sauce provençale	Gluten, Céleri	**Salade verte** et mais	Moutarde, Sulfite	Velouté carottes et pdt maison	Lait, Gluten		
								Thiep au poisson frais	Poisson, céleri
Option végétarienne : boulettes pois chiche et blé à la provençale	Gluten	**Option végétarienne** : Émincé végétal sauce provençale	Gluten, céleri	Pizza sauce tomate et fromage maison	Gluten, Lait	Tortilla et salade verte	Œuf, lait	Option végétarienne : thiep avec émincé végétal	Gluten, céleri
Poêlée de légumes verts	/	Pommes de terre	/					Riz	/
Cantal AOP	Lait	Yaourt nature	Lait	St-Nectaire AOP	Lait	Yaourt nature	Lait	Yaourt nature	lait
Mousse au chocolat noir	Lait, Œuf, soja	Fruit de saison	/	Purée de pomme en poche	/	Fruit de saison	/	Fruit de saison	/
Baguette bio et confiture d'abricot	***Gluten***	*Baguette viennoise au chocolat*	***Gluten***	*Baguette bio et fromage*	***Gluten, lait***	*Baguette bio et confiture de fraise*	***Gluten***	*Baguette bio et chocolat*	***Gluten***
Fruit de saison	/	*Compote*	/	*Fruit de saison*	/	*Lait*	***Lait***	*Compote*	/
27/01/25	**ALLERGENES**	**28/01/25**	**ALLERGENES**	**29/01/25**	**ALLERGENES**	**30/01/25** **Nouvel an chinois**	**ALLERGENES**	**31/01/25**	**ALLERGENES**
Salade de pois chiche, coriandre et cumin	/					Salade verte vinaigrette	Moutarde, Sulfite		
		Wings de poulet	Lait	Sauté de bœuf bio cuisson basse température sauce curry	Céleri, Gluten				
Gratin de chou fleur à la crème	Lait	**Option végétarienne** : Cake salé italien	Gluten, œuf, lait	**Option végétarienne** : Émincé végétarien sauce curry	Céleri, Gluten	Nems aux légumes et sauce soja	Gluten, soja	Lasagnes aux légumes	Gluten, lait
Pommes de terre	/	Coquillettes sauce tomate/basilic	Gluten, Céleri	Purée de patate douce	Lait, sulfites	Riz cantonnais maison	Œuf		
Camembert	Lait	Yaourt nature et confiture poche	Lait	Cantal AOP	lait			Kiri	lait
Fruit de saison	/	Fruit de saison	/	**Salade de fruits maison**	/	Perles au lait de coco maison	Lait, Gluten	Compote	/
Baguette bio et chocolat	***Gluten***	*Baguette bio et confiture de fraise*	***Gluten***	*Baguette viennoise au chocolat*	***Gluten***	*Baguette bio et confiture d'abricot*	***Gluten***	*Baguette bio et fromage*	***Gluten, Lait***
Lait	***Lait***	*Compote*	/	*Lait*	***Lait***	*Fruit de saison*	/	*Fruit de saison*	/

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 :

Crustacés	**Mollusques**	**Lait**	**Moutarde**	**Gluten**
Œufs	**Poisson**	**Fruits à coque**	**Sulfites**	**Céleri**
Lupin	**Soja**	**Arachides**	**Sésame**	