

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

	Lundi 6 octobre 2025		ALLERGENES	Mardi 7 octobre 2025		ALLERGENES	Mercredi 8 octobre 2025		ALLERGENES	Jeudi 9 octobre 2025		ALLERGENES	Vendredi 10 octobre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Écoles		Collèges	Écoles		Collèges		
Entrée	Salade verte		/	Salade de tomates		moutarde, sulfites				Velouté de butternut		lait, gluten	Œuf durs		œuf
Plat protidique	Hamburger végétarien : pain bun, pané végétal et sauce tartare		gluten, œuf	Poisson pané cheddar		lait, poisson, œuf	Tortilla		lait, gluten	Sauté de poulet LR et sauce panaise		gluten, céleri	Couscous végétarien		/
Alt végétarienn				Pavé blé cantal AOP		lait, gluten				Lentilles sauce panaise		gluten, céleri			/
Garniture	Pommes sourire		/	Poêlée de penne aux petits		gluten, lait	Haricots verts à l'ail		/	Duo de carottes et poivrons au thym et miel		céleri	Semoule		gluten
Produit laitier	Vache qui rit		lait	Yaourt nature		lait	Fromage à tartiner		lait				Camembert		lait
Dessert	Fruit de saison		/	Tarte aux pommes		gluten, lait	Compote		/	Verrine yaourt/purée de pomme		lait, gluten, œuf	Fruit de saison		/
Goûter écoles	Baguette et chocolat - Compote		gluten, lait	Baguette et confiture fraise - Fruit de saison		gluten	Baguette et Fromage - Compote		gluten, lait	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison		gluten	Baguette viennoise chocolat - Lait		lait, œuf, gluten
VACANCES SCOLAIRES															
	Lundi 13 octobre 2025		ALLERGENES	Mardi 14 octobre 2025		ALLERGENES	Mercredi 15 octobre 2025		ALLERGENES	Jeudi 16 octobre 2025		ALLERGENES	Vendredi 17 octobre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Écoles		Collèges	Écoles		Collèges		
Entrée	Salade verte et tomates		moutarde, sulfite	Carottes râpées maison		moutarde, sulfites							Salade colorée		moutarde, sulfites
Plat protidique	Tortilla		œuf, lait	Merguez de bœuf		/	Salade verte		moutarde, sulfite	Écoles : poisson pané sauce tartare Collèges : pizza		gluten, œuf, gluten, lait	Galette au saumon		gluten, lait, poisson
Alt végétarienn				Pané croustillant au fromage		lait, gluten	Pizza tomate et fromage		lait, gluten	Écoles : Pennes Collèges : Salade verte		gluten, moutarde,			
Garniture				Pommes de terre pop's et		sulfites									
Produit laitier	Carré de l'écluse		lait	Saint Nectaire AOP		lait	Yaourt nature		lait	Cantal AOP		lait	Yaourt nature		lait
Dessert	Ile flottante maison		œuf, lait	Compote de pomme fraise		/	Fruit de saison		/	Fruit de saison		/	Crêpe nature et confiture de fraise /		gluten, lait, œuf
Goûter	Baguette et confiture d'abricot - Fruit		gluten	Baguette et chocolat - Compote		gluten, lait	Baguette et Fromage - Fruit de		gluten, lait	Baguette et confiture de fraise - Compote		gluten	Baguette viennoise chocolat - Lait		lait, œuf, gluten
VACANCES SCOLAIRES															
	Lundi 20 octobre 2025		ALLERGENES	Mardi 21 octobre 2025		ALLERGENES	Mercredi 22 octobre 2025		ALLERGENES	Jeudi 23 octobre 2025		ALLERGENES	Vendredi 24 octobre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Écoles		Collèges	Écoles		Collèges		
Entrée	Velouté de butternut		lait, gluten										Œufs durs		œuf
Plat protidique	Poulet rôti au jus		céleri	Boulettes de bœuf sauce tomate		soja, gluten	Lentilles à l'indienne		lait	Poisson pané sauce tartare		poisson, gluten, œuf, sulfites	Risotto aux champignons à la crème		lait, céleri
Garniture	Poêlée de pâtes maison		gluten, céleri	Purée de pommes de terre		lait	Riz		/	Pennes		gluten			
Produit laitier				Pavé d'Affinois		lait	Yaourt nature		lait	Camembert		lait	Fromage blanc nature		lait
Dessert	Riz au lait au caramel maison		lait	Fruit de saison		/	Fondant au chocolat		œufs, gluten, lait, soja	Compote de fruits maison		/	Fruit de saison		/
Goûter	Barre de céréales abricot - Jus de fruits		gluten, soja, sulfites	Muffin au chocolat - Lait		gluten, œuf, soja, lait	Madeleine aux œufs - Compote		gluten, œuf, lait	Biscuits aux pépites de chocolat - Jus de fruits		gluten, œuf, lait	Galette au beurre - Compote		gluten, œuf, lait
VACANCES SCOLAIRES															
	Lundi 27 octobre 2025		ALLERGENES	Mardi 28 octobre 2025		ALLERGENES	Mercredi 29 octobre 2025		ALLERGENES	Jeudi 30 octobre 2025		ALLERGENES	Vendredi 31 octobre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Écoles		Collèges	Écoles		Collèges		
Entrée	Tartinade sardine et st môret		poisson, lait	Carottes râpées à la créole		/				Feuilleté à l'emmental		gluten, lait, œuf			
Plat protidique	Lentilles à la moutarde		céleri, moutarde	Colombo de poulet		céleri, lait, gluten	Filet de poisson meunière sauce tartare		Poisson, céleri, œuf, gluten	Boulettes de bœuf sauce provençale		céleri, gluten, soja	Gratin de gnocchis sauce tomate		gluten, lait
Garniture	Pommes de terre et carottes		/	Riz		/	Blé		gluten	Poêlée de légumes maison		céleri	Salade verte (feuille de chêne rouge)		/
Produit laitier	Pavé d'Affinois		lait				Yaourt à la framboise		lait	St-Nectaire AOP		lait	Mimolette		lait
Dessert	Fruit de saison		/	Perles au lait de coco		lait, gluten	Tarte aux pommes		gluten, lait	Fruit de saison		/	Gâteau maison patate douce et noix de		gluten, œuf, lait
Goûter écoles	Moelleux chocolat - Jus de fruits		gluten, œuf, lait	Maxi galette au beurre - Compote		gluten, œuf, lait	Brownie aux pépites de chocolat - Jus de fruits		gluten, œuf, fruits à coque	Madeleine aux œufs - Lait		gluten, œuf, lait	Sablés au beurre - Compote		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 :



Crustacés



Mollusques



Lait



Moutarde



Gluten



Œufs



Poisson



Fruits à coque



Sulfites



Céleri



Lupin



Soja



Arachides



Sésame