MENUS ALLERGENES DE LA CAISSE DES ÉCOLES DU 20E - OCTOBRE 2026

	Lundi 5 octobre 2026		ALLERGENES	Mardi 6 octobre 2026		ALLERGENES	Mercredi 7 octobre 2026	ALLERGENES	Jeudi 8 octobre 2026		ALLERGENES	Vendredi 9 octobre 2026		ALLERGENES
	Écoles	**Collèges**		**Écoles**	**Collèges**		**Écoles**		**Écoles**	**Collèges**		**Écoles**	**Collèges**	
Entrée	/			Jeuens pousses et dés d'emmental		**lait, moutarde, sulfites**			Salade de mâche, betterave et chèvre		**lait, moutarde, sulfites**	Jeunes pousses et mais		**moutarde, sulfites**
Plat	Merguez LR		**/**	Raviolis au fromage		**gluten, lait**	Poisson pané (cheddar) sauce tartare	**gluten, poisson, lait, moutarde, œuf**	Poule LR au pot		**céleri**	Pennes		**gluten**
Alt végé									*Lentilles beluga*		**céleri**			
Garniture	Semoule et légumes couscous (+ pois chiche)		**gluten, céleri**				Pommes sourire	**/**	Mélange légumes et pommes de terre poule au pot		**/**	à la bolognaise végétarienne		**gluten**
Laitage	Crème dessert à la vanille		**lait, œuf**				Camembert	**lait**				Yaourt nature		**lait**
Dessert	Fruit de saison		**/**	Purée pomme framboise		**/**	Fruit de saison	**/**	Fontainebleau aux pommes		**lait**	Tarte au chocolat		**gluten, œuf, lait**
Goûter	Baguette et chocolat - Compote		**gluten**	Baguette et confiture fraise - Fruit de saison		**gluten**	Cake banane cacao Rivazur- Compote	**gluten, œuf, soja**	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison		**gluten**	Baguette viennoise chocolat - Lait		**gluten, lait**
	Lundi 12 octobre 2026		ALLERGENES	Mardi 13 octobre 2026		ALLERGENES	Mercredi 14 octobre 2026	ALLERGENES	Jeudi 15 octobre 2026		ALLERGENES	Vendredi 16 octobre 2026		ALLERGENES
	Écoles	**Collèges**		**Écoles**	**Collèges**		**Écoles**		**Écoles**	**Collèges**		**Écoles**	**Collèges**	
Entrée	/						/					Tartinable carottes et miel & nature et pain bio au mais		**lait, gluten**
Plat	Émincé de dinde LR sauce satay		**arachide, soja**	Hamburger végétarien (pain burger, omelette burger , salade jeunes pousses et sauce BBQ maison)		**gluten, œuf,lait, sulfites**	Sauté de bœuf LR sauce curry	**gluten, lait**	Boulettes de jacquier et sauce basquaise		**gluten, céleri**	Poisson frais du jour sauce tomate		**poisson, céleri, gluten**
Alt végé	*Pois chiche et carottes sauce satay*		**arachide, soja**				Falafels sauce curry	**gluten, lait**						
Garniture	Riz		**/**	Potatoes		**/**	Gratin de chou-fleur et pommes de terre maison	**lait, gluten, céleri**	Semoule		**gluten**	Polenta crémeuse maison		**céleri, lait**
Laitage	Fromage blanc vrac		**lait**	Saint Nectaire AOP		**lait**	Yaourt nature	**lait**	Comté AOP		**lait**	Yaourt aromatisé framboise		**lait**
Dessert	Cookie tout choco		**gluten, lait, œuf, sésame**	Salade de fruits maison		**/**	Compote maison	**/**	Gâteau au praliné maison		**lait, gluten, œuf, fruits à coque**	Fruit de saison		**/**
Goûter	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison		**gluten**	Cake citron Pavot Rivazur - Compote		**gluten, œuf**	Baguette viennoise au chocolat - Fruit de saison	**gluten, lait, œuf**	Baguette et confiture de fraise - Lait		**gluten**	Baguette et fromage - Compote		**gluten, lait**
	VACANCES SCOLAIRES													
	Lundi 19 octobre 2026		ALLERGENES	Mardi 20 octobre 2026		ALLERGENES	Mercredi 21 octobre 2026	ALLERGENES	Jeudi 22 octobre 2026		ALLERGENES	Vendredi 23 octobre 2026		ALLERGENES
Entrée				Salade verte		**/**	Œufs durs mayonnaise maison	**œuf, moutarde**						
Plat	Émincé de dinde LR sauce basquaise		**gluten**	Gratin de pennes et épinards et cheddar râpé		**gluten, céleri, lait**	Pané croustillant au fromage	**gluten, lait**	Poisson pané		**poisson, gluten**	Ailes de poulet		**/**
Garniture	Semoule		**gluten**				Ratatouille	**/**	Poêlée camarguaise		**/**	Potatoes et ketchup maison		**sulfites**
Laitage	Mini Pavé d'Affinois l'original		**lait**	Yaourt à boire aromatisé fraise		**lait**	Ptit Soignon	**lait**	Cantal AOP		**lait**	Camembert		**lait**
Dessert	Compote pot		**/**	Fruit de saison		**/**	Compote pot	**/**	Gâteau pomme cannelle maison		**gluten, œuf**	Fruit de saison		**/**
Goûter	Barre de céréale abricot - Jus de fruits		**gluten, soja, sulfites**	Muffin au chocolat - Lait		**lait, gluten, œuf, soja**	Madeleine aux œufs - Lait au chocolat	**lait, œuf, gluten**	Biscuit aux pépites de chocolat - Jus de fruits		**lait, gluten, soja**	Galettes au beurre - Lait à la fraise		**gluten, œuf, lait**
	Lundi 26 octobre 2026		ALLERGENES	Mardi 27 octobre 2026		ALLERGENES	Mercredi 28 octobre 2026	ALLERGENES	Jeudi 29 octobre 2026		ALLERGENES	Vendredi 30 octobre 2026		ALLERGENES
Entrée														
Plat	Haché végétal carottes et crème		**gluten, lait, céleri**	Filet de poisson sauce beurre blanc		**poisson, gluten, lait**	Poulet rôti au jus	**/**	Boulettes de bœuf sauce tomate		**gluten**	Risotto crémeux au butternut et emmental		**céleri, lait**
Garniture	Pennes		**gluten**	Riz		**/**	Pomme pop's et ketchup maison	**sulfites**	Boulghour		**gluten**	Salade de feuille de chêne rouge		**/**
Laitage	Crème chocolat banane		**lait**	Mini pavé d'affinois l'original		**lait**			Yaourt Pêche jaune		**lait**	Mimolette		**lait**
Dessert	Fruit de saison		**/**	Compote pot		**/**	Cheesecake maison	**lait, gluten, œuf**	Fruit de saison		**/**	Carotte cake maison		**fruits à coque, gluten, œuf**
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**	Madeleine aux œufs - Lait fraise		**gluten, œuf, lait**	Sablés au beurre - Compote		**gluten, lait, œuf**

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

Œufs

Lupin

Mollusques

Poisson

Soja

Lait

Fruits à coque

Arachides

Moutarde

Sulfites

Sésame

Gluten

Céleri