

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

	Lundi 2 juin 2025 - Journée du donut		ALLERGENES	Mardi 3 juin 2025		ALLERGENES	Mercredi 4 juin 2025		ALLERGENES	Jeudi 5 juin 2025 - Journée de l'environnement		ALLERGENES	Vendredi 6 juin 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	Maquereaux à la tomate		poisson				/			Œufs durs sauce yaourt		œuf, lait	Salade de tomates vinaigrette		/
Plat protidique	Raviolis aux légumes et fromage râpé		gluten, lait, céleri	Steak haché de veau sauce ketchup maison		sulfites	Œufs brouillés maison		œuf, lait	Lentilles à la moutarde, pommes de terre et carottes		céleri, moutarde	Émincé de poulet LR sauce provençale		céleri, gluten
Alt végétarienne	/		/	Nuggets de blé sauce ketchup maison		sulfites, gluten	/			/			Lentilles TPO sauce provençale		céleri, gluten
Garniture	/		/	Petits pois à l'ail		/	Coquillettes tomate basilic		gluten	/			Poêlée camarguaise		/
Produit laitier	Buchette de chèvre		lait	Yaourt nature		lait	Yaourt brassé nature Normandoise		lait	Camembert		lait	Comté AOP		lait
Dessert	Donut au chocolat		gluten, lait, soja, œuf	Fruit de saison		/	Tarte pomme-rhubarbe		gluten, lait, œuf	Fondant au chocolat		œuf	Purée de pomme fraise en poche		/
Goûter écoles	Baguette et chocolat - Fruit de saison		gluten, lait	Baguette et confiture fraise - Compote		gluten	Baguette et Fromage - Fruit de saison		gluten, lait	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison		gluten	Baguette viennoise chocolat - Lait		gluten, lait
	Lundi 9 juin 2025		ALLERGENES	Mardi 10 juin 2025		ALLERGENES	Mercredi 11 juin 2025		ALLERGENES	Jeudi 12 juin 2025		ALLERGENES	Vendredi 13 juin 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	/		/	Taboulé		gluten, sulfites	/			Salade de tomates et dés d'emmental		lait, moutarde, sulfites	/		
Plat protidique	/		/	Paella végétarienne (tomate, haricots rouges, oignons, petits pois, épices)		/	Sandwich bar : salade verte, tomates, lentilles, thon, jambon de dinde, mais et sauce yaourt menthe		poisson, lait	Filet de poisson frais sauce crème		poisson, lait, gluten, céleri	Couscous Merguez		/
Alt végétarienne	FERIÉ		/	/		/	/			/			Légumes couscous et pois chiche		/
Garniture	/		/	Riz		/	Pain bagnat		gluten	Potatoes et haricots verts à l'ail		/	Semoule		gluten
Produit laitier	/		/	Yaourt nature		lait	Comté AOP		lait	Yaourt nature		lait	Cantal AOP		lait
Dessert	/		/	Fruit de saison		/	Purée de pomme abricot en poche		/	Fruit de saison		/	Banane et sauce chocolat maison		lait
Goûter écoles	/		/	Baguette et Fromage - Compote		gluten, lait	Baguette et confiture fraise - Lait		gluten, lait	Baguette et chocolat - Compote		gluten, lait	Baguette et confiture d'abricot - Fruit de saison		gluten
	Lundi 16 juin 2025 - Journée de l'agriculture		ALLERGENES	Mardi 17 juin 2025		ALLERGENES	Mercredi 18 juin 2025 - Journée de la gastronomie durable		ALLERGENES	Jeudi 19 juin 2025 - Journée salad bar d'été		ALLERGENES	Vendredi 20 juin 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	Concombres vinaigrette		/	Salade de tomates vinaigrette		moutarde, sulfites	/			/			Menu choisi par l'école Bretonneau		
Plat protidique	Sauté de boeuf sauce basquaise		céleri, gluten	Poulet rôti		/	Œufs brouillés maison et sauce ketchup maison		œuf, sulfites, lait	Salade bar (pâtes, lentilles, concombre, œuf dur, tomates, feta) et sauce vinaigrette		gluten, œuf, sulfites, lait	Filet de poisson meunière sauce tartare		poisson, œuf, gluten, lait
Alt végétarienne	Boulettes de lentilles à l'italienne sauce basquaise		céleri, gluten	Pavé blé épinard cantal		gluten, lait	/			/			/		/
Garniture	Pommes de terre		/	Torsades		gluten	Riz de camargue aux petits légumes		/	/			Riz au curry		céleri, lait, gluten
Produit laitier	Yaourt nature		lait	Camembert		lait	St-Nectaire AOP		lait	Fromage blanc		lait	Plateau de fromage (Emmental, Comté AOP, Tomme blanche)		lait
Dessert	Fruit de saison		/	Purée de pomme-framboise poche		/	Fruit de saison		/	Fraises + sundae vanille caramel		lait	Mousse au chocolat indiv		soja, œuf, lait
Goûter écoles	Baguette et confiture fraise - Lait		gluten, lait	Baguette et chocolat - Fruit de saison		gluten, lait	Baguette et Fromage - Compote		gluten, lait	Baguette viennoise chocolat - Compote		gluten, lait	Baguette et confiture abricot - Fruit de saison		gluten
	Lundi 23 juin 2025		ALLERGENES	Mardi 24 juin 2025		ALLERGENES	Mercredi 25 juin 2025		ALLERGENES	Jeudi 26 juin 2025		ALLERGENES	Vendredi 27 juin 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	Salade grecque (tomate, olive noire, feta, concombre, oignon rouge) maison		lait	Maquereaux à la tomate		poisson	/			Salade verte		moutarde, sulfites	Tzatzikis de concombre et blinis		lait, gluten, œuf
Plat protidique	Poulet rôti		/	Salade de pâtes et brocolis vinaigrette		gluten, moutarde, sulfites	Couscous végétarien		/	Émincé/sauté de jeune bovin sauce provençale		céleri, gluten	Filet de poisson frais sauce mapuche		poisson, céleri
Alt végétarienne	Lentilles à la tomate		/	/		/	/			Boulettes de pois chiche et blé sauce provençale		céleri, gluten	/		
Garniture	Salade de pommes de terre vinaigrette		moutarde, sulfites	/		/	Semoule		gluten	Petits pois		/	Salade de pommes de terre au paprika		moutarde, sulfites
Produit laitier	Cantal AOP		lait	Yaourt à la framboise		lait	Comté AOP		lait	Buchette de chèvre		lait	Yaourt nature		lait
Dessert	Fruit de saison		/	Fruit de saison		/	Salade de fruits maison		/	Gâteau à la pomme		œuf	Fruit de saison		/
Goûter écoles	Baguette et chocolat - Lait		gluten, lait	Baguette et confiture fraise - Compote		gluten	Baguette et confiture abricot - Lait		gluten, lait	Baguette et Fromage - Compote		gluten, lait	Baguette viennoise chocolat - Fruit de saison		gluten, lait
	Lundi 30 juin 2025		ALLERGENES	Mardi 1 juillet 2025		ALLERGENES	Mercredi 2 juillet 2025		ALLERGENES	Jeudi 3 juillet 2025		ALLERGENES	Vendredi 4 juillet 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	Salade de lentilles		moutarde, sulfites	Melon		/	/			Salade de tomates vinaigrette		moutarde, sulfites	Salade iceberg		/
Plat protidique	Bolognaise végétarienne		gluten	Poisson pané sauce tajine olive		poisson, gluten	Hamburger végétarien : bun, suprême pané végétal, salade, tomate, sauce tartare maison		gluten, œuf, lait	Marmite sarthoise		lait, céleri, gluten	Émincé de kebab de volaille avec pain pita et sauce blanche		gluten, lait
Alt végétarienne	/		/	/		/	/			Œufs durs et épinards à la crème		œuf, lait	Falafels sauce blanche		gluten, lait
Garniture	Poêlée de penne		gluten, lait	Blé aux petits légumes		gluten	Potatoes		/	Riz		/	Pomme de terre pop's		/
Produit laitier	Camembert		lait	Yaourt à la vanille		lait	Comté AOP		lait	Yaourt nature		lait	Cantal AOP		lait
Dessert	Purée de pomme fraise en poche		/	Fruit de saison		/	Fruit de saison		/	Palet sarthois		gluten	Glace sundae vanille fraise		lait
Goûter écoles	Baguette et chocolat - Lait		gluten, lait	Baguette et Fromage - Compote		gluten, lait	Baguette viennoise chocolat - Lait		gluten, lait	Baguette et confiture fraise - Fruit de saison		gluten	Baguette et confiture abricot - Fruit de saison		gluten

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