

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

	Lundi 3 novembre 2025		ALLERGENES	Mardi 4 novembre 2025		ALLERGENES	Mercredi 5 novembre 2025		ALLERGENES	Jeudi 6 novembre 2025		ALLERGENES	Vendredi 7 novembre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles			Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	Velouté de butternut		lait				Carottes râpées maison		moutarde, sulfites	Salade verte et mais vinaigrette		moutarde, sulfites	Œufs durs mayonnaise		œuf, moutarde, sulfites
Plat protidique	Fajitas		gluten	Sauté de dinde LR sauce au jus		/	Œufs brouillés maison		lait, œuf	Poisson frais du jour sauce citron		poisson, lait, gluten, céleri	Pâtes		gluten
Alt végétarienne	Mais		/	Œufs durs		œuf	/		/	/		/	Bolognaise végétarienne fayo		gluten
Garniture	Garniture aux haricots rouges, poivrons et sauce tomate		/	Épinards à la crème		lait	Riz aux petits légumes		/	Pommes de terre persillées		/	Bolognaise		/
Produit laitier	St-Nectaire AOP		lait	Yaourt nature		lait	Camembert		lait	Fromage blanc nature		lait	Plateau de fromages (comté AOP, emmental, Tomme blanche)		lait
Dessert	Purée de pomme fraise en poche		/	Tresse aux pommes		gluten, œuf, lait	Fruit de saison		/	Fruit de saison		/	Compote de pomme maison		/
Goûter	Baguette et chocolat - Lait nature		gluten, lait	Baguette et confiture fraise - Fruit de saison		gluten	Baguette et Fromage - Jus de fruits		gluten ,lait	Baguette et miel - Lait au chocolat		gluten	Baguette viennoise chocolat - Lait		gluten, lait, œuf
	Lundi 10 novembre 2025		ALLERGENES	Mardi 11 novembre 2025		ALLERGENES	Mercredi 12 novembre 2025		ALLERGENES	Jeudi 13 novembre 2025		ALLERGENES	Vendredi 14 novembre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles			Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	/		/	FERIÉ		/					Velouté de carottes	lait, sulfites			
Plat protidique	Raviolis aux légumes		gluten				Cari réunionnais		/	Viande hachée et haricots rouges sauce tomate		/	Ailes de poulet sauce tartare		œuf, moutarde, sulfites
Alt végétarienne	et fromage râpé		lait							Cari réunionnais		/	Nuggets de blé sauce tartare		gluten, sulfites, œuf, moutarde
Garniture							Blé		gluten	Riz et petits légumes		/	Pommes de terre à l'ail		/
Produit laitier	Compote		/				Yaourt nature		lait	St-Nectaire AOP		lait	Yaourt nature		lait
Dessert	Fruit de saison		/				Fruit de saison		/	Purée de pomme abricot en poche		/	Fruit de saison		/
Goûter	aguette et confiture d'abricot - Fruit de saiso		gluten				Baguette et Fromage - Fruit de saison		gluten, lait	Baguette et confiture de fraise - Lait vanille		gluten, lait	Baguette viennoise chocolat - Lait		gluten, lait, œuf
	Lundi 17 novembre 2025		ALLERGENES	Mardi 18 novembre 2025		ALLERGENES	Mercredi 19 novembre 2025		ALLERGENES	Jeudi 20 novembre 2025		ALLERGENES	Vendredi 21 novembre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles			Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	Œufs durs et sauce yaourt		œuf, lait	/		/				Salade de lentilles et échalotes		moutarde, sulfites	Tartinade de poisson et st môret		poisson, lait
Plat protidique	Dahl de lentilles aux épinards		céleri, lait	Couscous Royal (1 merguez, boulette)		soja, gluten (boulette)	Feuilleté au fromage		œuf, lait, gluten	Émincé de poulet LR sauce crème		lait, gluten	Poisson frais du jour sauce au lait de coco		poisson, lait, céleri
Alt végétarienne			/	légumes couscous et pois chiche		céleri, gluten				Œufs brouillés maison		œuf, lait	/		/
Garniture	Riz		/	Semoule		gluten	Salade verte		moutarde, sulfites	Pommes de terre persillées		/	Poêlée camarguaise		/
Produit laitier	Yaourt nature en poche		lait	Cantal AOP		lait	Fromage blanc aromatisé		lait	Chèvre		lait			
Dessert	et granola		gluten	Fruit de saison		/	Salade de fruits maison		/	Compote de pommes maison		/	Dessert façon pêche melba		lait
Goûter	Baguette et chocolat - Lait fraise		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, œuf, lait
	Lundi 24 novembre 2025		ALLERGENES	Mardi 25 novembre 2025		ALLERGENES	Mercredi 26 novembre 2025		ALLERGENES	Jeudi 27 novembre 2025		ALLERGENES	Vendredi 28 novembre 2025		ALLERGENES
	Écoles	Collèges		Écoles	Collèges		Écoles			Écoles	Collèges		Écoles	Collèges	
Entrée	Salade verte et mais vinaigrette		moutarde, sulfites	Carottes râpées vinaigrette au citron		moutarde, sulfite				Velouté carottes-chou fleur		céleri, lait	Salade de lentilles vinaigrette		moutarde, sulfites
Plat protidique	Galette œuf fromage		œuf, lait	Poisson pané sauce tartare		poisson, œuf, moutarde, sulfites, gluten	Sauté de boeuf sauce orientale		gluten	Gratin de chou-fleur et pommes de terre gratiné emmental		céleri, lait, gluten	Poulet rôti épicé		céleri
Alt végétarienne							légumes couscous et pois chiche		céleri, gluten				Nuggets de blé		gluten
Garniture				Poêlée campagnarde		lait	Semoule		gluten	Sauté de bœuf sauce orientale (collèges)		gluten	Pommes de terre pop's sauce blanche		lait
Produit laitier	Comté AOP		lait	Crème dessert au chocolat		lait	St Nectaire AOP		lait	Carré de l'écluse		lait	Yaourt nature		lait
Dessert	Fondant au chocolat		lait, œuf, soja	Pomme		/	Salade de fruits maison		/	Fruit de saison		/	Banane		/
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, 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