

# Allergènes AR 5J

Ces Menus sont validés par Marion MOLLARD notre Diététicienne, ils peuvent être modifiés en fonction des opportunités de la Saison  
Ils sont réalisés conformément au Décret n° 2011-1227 du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire  
Nous ne pouvons pas vous garantir à 100% de la composition d'un plat, la liste des allergènes est à titre indicatif

Liste Allergènes

Lait
1
Gluten
2
Œuf
3
Poisson
4
Crustacé
5
Mollusque
6
Soja
7
Céleri
8
Arachide
9
Moutarde
10
Fruitcoque
11
Sésame
12
Lupin
13
Sulfites
14

## MENUS DU MOIS DE DECEMBRE 2020

36	lundi 30 nov.	Allergène	mardi 1 déc.	Allergène	mercredi 2 déc.	Allergène	jeudi 3 déc.	Allergène	vendredi 4 déc.	Allergène
Semaine	Haricots Verts BIO Vinaigrette	1-3-10-14-	Cake Chou Rouges et Pommes BIO	1-2-3-10-	Céleri BIO en Rémoulade	1-3-8-10-14-	Velouté de Carottes & PDT BIO au Cumin Lezsaisons	1-8-	Chiffonade de Batavia, Vinaigrette Balsamique	1-3-10-14
	Boulettes de Bœuf BIO façon Keffa	1-2-8-	Haut de Cuisse de Poulet Français au Miel & Epices	1-2-8-	Merlu sauce Dugléré	1-2-4-5-6-8-14-	Quiche au Fromage	1-2-3-	Endives au Jambon Recette des Enfants	1-2-14-
	Quenelles du Royans à la Tomate	1-2-3-8-	Œufs Brouillés au Fromage	1-3-					Gratin endives & PDT sans viande	1-2-
	Semoule BIO Gouffée	1-2-	Penne Rigate BIO Alpina Savoie	1-2-	Riz BIO Fantaisie	1-8-	Epinars au Lait BIO de Minzier	1-2-	(Endives, PDT BIO, Béchamel au Lait BIO)	
Semaine	La Dent du Chat BIO	1-	Gratin de Courge Spaghetti BIO	1-2-	Reblochon Fermier AOC Rochois	1-	Yaourt Fermier	1-		
	Ananas & Orange Pointe de Cannelle	--	Kiwi BIO de la Vallée du Rhône	--	Bûche de Chèvre	1-				
					Mousse au Chocolat Leztroy	1-7-	de la Ferme des 4 Saisons à Reignier		Cake aux Pommes BIO Leztroy	1-2-3-
Semaine	lundi 7 déc.	Allergène	mardi 8 déc.	Allergène	mercredi 9 déc.	Allergène	jeudi 10 déc.	Allergène	vendredi 11 déc.	Allergène
	Salade de Pépinière BIO Colorée	1-2-3-8-10-14-	Carottes Râpées BIO Vinaigrette Leztroy	1-3-10-14-	Chou Chine BIO sauce Cocktail	1-3-10-14-	Méli Mélo du Moment	1-3-10-14-	Crème de Potimarrons de Savoie Lezsaisons	1-
	Emincé de Porc Dijonnaise	1-2-3-8-10-14-	Filet de Cabillaud à l'Italienne	1-2-4-5-6-8-10-14-	Sauté de Veau BIO au Curry	1-2-8-14-	Hachis Parmentier Landais	1-2-8-14-	Mini Quenelles du Royans à la Tomate	1-2-3-8-
	Cake au Thon	1-2-3-4-5-6-	Blé BIO au Beurre	1-2-8-	Flan de Légumes	1-2-3-	Hachis Parmentier de Poisson	1-2-4-5-6-8-14-	Riz BIO façon Pilaf	1-8-
Semaine	Butternuts de Savoie en Crumble	1-2-	Comté AOP BIO 6-9 mois	1-	Polenta BIO aux Trompettes	1-	(tout mélanger, purée + canard)			
	Tomme Fermière de Cornier	1-	Compote de Pommes Orange BIO Lezsaisons	--	Fromage Blanc BIO de Minzier	1-	Petit Suisse Sucré	1-		
	Brie	1-			à la Confiture Lezsaisons		Orange	--	Panacotta Coulis de Framboises Leztroy	1-4-
	Clémentines	--								
Semaine	lundi 14 déc.	Allergène	mardi 15 déc.	Allergène	mercredi 16 déc.	Allergène	jeudi 17 déc.	Allergène	vendredi 18 déc.	Allergène
	Céleri & Pomme BIO en Rémoulade	1-3-8-10-14-	Salade de Lentilles Vertes BIO Gribiche	1-3-8-10-14-	Betteraves Rouges BIO	1-3-10-14-	Cake Soufflé Truite de Savoie et Beaufort AOP	1-2-3-4-14-	Salade Verte, Douce Vinaigrette	1-3-10-14-
	Cappelletti du Royans Epinars Ricotta	1-2-3-8-	Plein Filet de Colin d'Alaska Pané et Citron	2-3-4-5-6-	Dos de Saumon Crémé	1-2-4-5-6-8-14-	Filet de Poulet, sauce Crème & Champignons	1-2-3-4-5-7-8-14-	Steak Haché de Bœuf BIO Charolais sauce BBQ	1-2-8-14-
	au Coulis de Tomate		Haricots Verts BIO en Persillade	1-	Riz Basmati aux Potimarrons BIO	1-8-	Egline en Croûte	1-2-3-4-5-6-8-	Quenelles du Royans Béchamel	1-2-3-
Semaine	Fromage Râpé Français	1-	Tomme BIO de Yenne	1-			Gratin Dauphinois, PDT BIO	1-2-	Croës Alpina Savoie façon Pilaf	1-2-8-
	Yaourt aux Fruits BIO du Crêt Joli	1-	Camembert	1-	Bûche / Clémentines / Papillotes	1-2-3-7-11-	Bûche Chocolat Noisettes	1-2-3-7-9-11-	Chèvre Demi-Sec d'Habère Poche	1-
			Banane BIO	--			Clémentines/Papillotes	1-2-7-11-	Pomme BIO de Cercier	--
Semaine	lundi 21 déc.	Allergène	mardi 22 déc.	Allergène	mercredi 23 déc.	Allergène	jeudi 24 déc.	Allergène	vendredi 25 déc.	Allergène
	Coleslaw, Chou & Carotte BIO	1-3-10-14-	Salade de Riz BIO Colorée	1-3-10-14-	Chou-fleur Vinaigrette	1-3-10-14-	Salade Verte, Douce Vinaigrette	1-3-10-14-	Terrine de Campagne & Cornichon	1-2-3-7-8-9-11-14-
	Diel Rochois	14-	Quiche au Fromage	1-2-3-	Bœuf Français Bourguignon	1-2-8-14-	Pâtes Leztroy façon Carbonara	1-2-	Cuisse de Pintade Confité	1-2-3-8-10-14-
	Merlu sauce Aurore	1-2-4-5-6-14-	Purée de Brocolis BIO	1-	Œufs Brouillés au Fromage	1-3-	Pâtes Leztroy façon Carbonara au Thon	1-2-4-5-6-	Filet de Cabillaud sauce Crème	1-2-4-5-6-7-8-14-
Semaine	Polenta BIO Légère	1-8-	Yaourt Nature Sucré BIO de Minzier	1-	Boullghour BIO	1-2-	aux Macaronis BIO de Chambéry		Gratin de PDT de Savoie à l'Abondance	1-2-
	Abondance AOP des Pays de Savoie	1-	Orange	--	Flan de Courge BIO	1-3-	Beaufort AOP	1-	Champignons Farcis	1-2-3-8-10-14-
	Flan Vanille au Lait BIO de Minzier	1-3-			Tarte aux Pralines	1-2-3-9-11-	Pommes BIO de Cercier Caramélisées	1-	Fromage de Région	1-
									Bûche Leztroy	1-2-3-7-9-11-
Semaine	lundi 28 déc.	Allergène	mardi 29 déc.	Allergène	mercredi 30 déc.	Allergène	jeudi 31 déc.	Allergène	vendredi 1 janv.	Allergène
	Betteraves Rouges BIO Vinaigrette	1-3-10-14-	Céleri BIO en Rémoulade	1-3-10-14-	Carottes & Navets BIO en Macédoine	1-3-10-14-	Toastinade à la Sardine et Mesclun	1-2-3-4-5-6-8-14-	Rillettes de Saumon & Blinis	1-2-3-4-5-6-8-
	Quenelles du Royans à la Tomate	1-2-3-8-	Poulet Français Rôti Doré au Four	1-2-8-10-	Sauté de Veau Grand Veneur	1-2-8-14-	Longe de Porc façon Bacon	1-2-3-8-10-14-	Rôti de Bœuf aux Morilles & Vin Jaune	1-2-8-14-
	Riz BIO façon Pilaf	1-8-	Cake au Fromage	1-2-3-	Colin sauce Tomatée	1-2-4-5-6-8-14-	Œufs Brouillés à la Tomate	1-3-8-	Merlu sauce Dugléré	1-2-4-5-6-8-
Semaine	Camembert	1-	Petits Pois et Carottes BIO Etuvés	1-	Purée de Pommes de Terre BIO	1-	Mijotée de Lentilles Vertes BIO	1-8-14-	Gratin de Cardons Tradition	1-2-3-8-10-14-
	Clémentines	--	Petit Suisse Sucré	1-	Raclette Fermière IGP	1-	Tomme Fermière Rochoise	1-	Fromage de Région	1-
			Spéculoos	1-2-3-	Yaourt Nature BIO de Minzier	1-	Comté BIO	1-		
					Kaki	--	Compote Pomme Potimarron BIO Lezsaisons	--	Moelleux Chocolat / Ananas	1-2-3-7-

Substitut fromage MG+MAT  
Substitut SANS VIANDE