# Allergènes AF 5J

**Ces Menus sont validés par Marion MOLLARD notre Diététicienne, Ils peuvent êtres 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**

| 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 MARS 2021

| Semaine | lundi 1 mars | Allergène | mardi 2 mars | Allergène | mercredi 3 mars | Allergène | jeudi 4 mars | Allergène | vendredi 5 mars | Allergène |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 | Soupe Carotte & PDT BIO au Cumin, **Lezsaisons** | 1-2-3-8-10-14- | Salade de Tortis BIO **Alpina Savoie** | 1-2-3-8-10-14- | **Céleri des Pays de Savoie** Râpé et Pomme BIO | 1-2-3-8-10-14- | Salade de Haricots Verts BIO | 1-2-3-8-10-14- | Salade Verte, Douce Vinaigrette | 1-2-3-8-10-14- |
| | Diot **Rochois** | 1-2-3-8-10-14- | Plein Filet de Colin d'Alaska Pané et son Citron | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | Emincé de Poulet sauce Trompettes | 1-2-3-8-10-14- | Quenelles BIO de **Royans** en Béchamel | 1-2-3-8-10-14- | Estouffade de Bœuf **Français** en Pot au Feu | 1-2-3-8-10-14- |
| | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- |
| | Polenta BIO à l'Abondance AOP | 1-2-3-8- | Epinards au Lait BIO de **Minzier** | 1-2-3-8- | Semoule BIO Gonflée<br>Endives Gratinées | 1-2-3-8-<br>1-2-3-8- | Riz BIO cuisson Pilaf | 1-2-3-8- | Carotte, Navet, Poireaux & PDT BIO | |
| | Yaourt aux Fruits BIO de **Minzier** | 1- | Camembert<br>Clémentines | 1-<br>-- | Panacotta **Confiture de Fraise Lezsaisons** | 1-4- | La Dent du Chat BIO<br>Banane BIO des Antilles | 1-<br>-- | Tarte aux Pommes BIO **Leztroy** | 1-2-3- |
| Semaine | **lundi 8 mars** | **Allergène** | **mardi 9 mars** | **Allergène** | **mercredi 10 mars** | **Allergène** | **jeudi 11 mars** | **Allergène** | **vendredi 12 mars** | **Allergène** |
| 10 | Crème Dubarry **Lezsaisons** | 1-2-3-8-10-14- | **Carottes des Pays de Savoie** Râpées au Citron | 1-2-3-8-10-14- | Cake au Chèvre & Tomate Confite | 1-2-3-8-10-14- | Salade de Saison, Vinaigrette **Leztroy** | 1-2-3-8-10-14- | Terrine de Légumes BIO Sce Tartare | 1-2-3-8-10-14- |
| | Aiguillette de Poulet sauce Tomate | 1-2-3-8-10-14- | Raviolis du **Royans** Champignons Ail des Ours | 1-2-3-8-10-14- | Rôti de Veau **Français** et Jus | 1-2-3-8-10-14- | Croziflette Savoyarde | 1-2-3-8-10-14- | Dos de Cabillaud sauce Paprika | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- |
| | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | |
| | Boulgour BIO Gonflé | 1-2-3-8- | sauce Crémée au Pesto | | Pommes de Terre BIO au Four<br>Salsifis Persillés | 1-2-3-8-<br>1-2-3-8- | aux Crozets BIO **Alpina Savoie**<br>et **Fromage de chez Hudry** | 1-2-3-8- | Riz BIO Cuit Pilaf | 1-2-3-8- |
| | Raclette BIO<br>Kiwi | 1-<br>-- | Fromage Râpé **Français**<br>Bugnes | 1-<br>1-2-3- | Fromage Blanc BIO de **Minzier**<br>à la **Confiture de Mirabelles Lezsaisons** | 1- | Purée de Pommes BIO **Lezsaisons** | -- | Abondance AOP **des Pays de Savoie**<br>Quartiers d'Orange | 1-<br>-- |
| Semaine | **lundi 15 mars** | **Allergène** | **mardi 16 mars** | **Allergène** | **mercredi 17 mars** | **Allergène** | **jeudi 18 mars** | **Allergène** | **vendredi 19 mars** | **Allergène** |
| 11 | Chou Dur & Carotte BIO façon Coleslaw | 1-2-3-8-10-14- | Céleri BIO en Rémoulade | 1-2-3-8-10-14- | Crème de Lentilles **Lezsaisons** & Croûtons | 1-2-3-8-10-14- | Betteraves Rouges BIO en Vinaigrette | 1-2-3-8-10-14- | Chiffonade de Batavia, Vinaigrette Balsamique | 1-2-3-8-10-14- |
| | Sauté de Veau BIO à la Provençale | 1-2-3-8-10-14- | Quiche au Fromage | 1-2-3-8-10-14- | Haut de Cuisse de Poulet **Français**, Miel & Epices | 1-2-3-8-10-14- | Poisson Frais en Court-Mouillement | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | Lasagnes Fraîches de **Haute-Savoie** | 1-2-3-8-10-14- |
| | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- |
| | Céréales Gourmandes BIO<br>Blettes BIO à l'Etuvée | 1-2-3-8-<br>1-2-3-8- | Chou-Fleur Béchamel au Lait BIO | 1-2-3-8- | Purée de Carottes & PDT BIO | 1-2-3-8- | Riz BIO Safrané | 1-2-3-8- | au Bœuf **Charolais** | |
| | Crème Dessert **Leztroy** Chocolat<br>au Lait BIO de la **Ferme de Minzier** | <br>1-2-3-7- | Petit Suisse Sucré<br>Banane BIO des Antilles | 1-<br>-- | Chèvre Demi-Sec d'**Habère Poche**<br>Flan Vanille **Leztroy** | 1-<br>1-2-3- | Comté Fruitier BIO AOP<br>Clémentines | 1-<br>-- | Crumble aux Pommes BIO **de Tournon** | 1-2-3- |
| Semaine | **lundi 22 mars** | **Allergène** | **mardi 23 mars** | **Allergène** | **mercredi 24 mars** | **Allergène** | **jeudi 25 mars** | **Allergène** | **vendredi 26 mars** | **Allergène** |
| 12 | Salade de Coquillettes BIO **Alpina Savoie** | 1-2-3-8-10-14- | Carottes et Navets BIO en Macédoine | 1-2-3-8-10-14- | Salade de Chou Chine BIO Cocktail | 1-2-3-8-10-14- | Méli Mélo de Saison | 1-2-3-8-10-14- | Salade de Lentilles BIO Vinaigrette | 1-2-3-8-10-14- |
| | Rôti de Porc de **Région** sauce Curry | 1-2-3-8-10-14- | Filet de Merlu à l'Italienne | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | Mini Quenelles de **Royans** façon Bouchée à la Reine | 1-2-3-8-10-14- | Bœuf BIO **GAEC des Savoie** Bourguignon | 1-2-3-8-10-14- | Œufs Brouillés BIO à la Ciboulette | 1-2-3-8-10-14- |
| | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | Substitut | 1-2-3-4-5-6-8-10-14- | | |
| | Purée de Brocolis BIO | 1-2-3-8- | Blé BIO à la Tomate Confite | 1-2-3-8- | Riz BIO Cuit Pilaf | 1-2-3-8- | **Pommes de Terre de Savoie** en Gratin Dauphinois | 1-2-3-8- | Haricots Verts BIO juste Sautés | 1-2-3-8- |
| | Beaufort AOP **de Haute-Maurienne**<br>Salade de Fruits Mangue Ananas | 1-<br>-- | Jus de Pommes BIO de **Savoie**<br>Roulé au Chocolat Noir | --<br>1-2-3-7- | Brie<br>Purée Pom'Poire BIO **Lezsaisons** | 1-<br>-- | Yaourt Fermier BIO de **Haute-Savoie**<br>à la Crème de Marron BIO AOP **d'Ardèche** | 1-<br>9-11- | Tomme **de chez Hudry**<br>Pomme BIO de Tournon | 1-<br>-- |