



Liste des ingrédients du 20 au 27 novembre

MERCREDI LE 20 NOVEMBRE :

REPAS PRINCIPAL : Mafalda sauce bolognaise : Bœuf, sauce tomates, tomates, crème de tomates, jus de légumes, pâte de tomates, oignons, carottes, céleris, poivrons, ail, sucre, fines herbes, sel.

Contient : blé, soya.

DESSERT : Biscuit aux brisures de chocolat : Farine, cassonade, margarine, brisures de chocolat, œufs, lait, bicarbonate de soude, sel.

Contient: Blé, soya, produits laitiers, œufs.

COLLATION PM : Pain de blé et beurre de pommes : pommes, cassonade, sirop d'érable.

Contient : blé, soya.

JEUDI LE 21 NOVEMBRE :

REPAS PRINCIPAL : Riz coco-kale au poulet et au tofu : riz, poulet, pommes de terre douces, piments rouges, céleris, carottes, kale, tofu, noix de coco, sauce soya, jus de lime, ail, sel, poivre.

Contient : soya.

DESSERT : Compote de fruits :

Contient :

COLLATION PM : Pain de blé & confiture de chia et fruits : Fraises, framboises, sirop érable, graines de chia.

Contient : blé, soya.

VENDREDI LE 22 NOVEMBRE :

REPAS PRINCIPAL : Ragoût de porc chasseur : Porc, champignons, tomates, oignons perlés, vin blanc, ail, sel, poivre.

Contient:

Purée de pommes de terre : pommes de terre, lait, margarine, sel, poivre.

Contient : produits laitiers, soya.

DESSERT : Muffin à la citrouille : Farine, sucre, œufs, purée de citrouille, huile, brisures de chocolat, lait, cassonade, cannelle, bicarbonate de soude, clou girofle, sel, muscade.

Contient : blé, œufs, soya, produits laitiers.

COLLATION PM : Mini galette et yogourt en tube : Farine, sucre, yogourt, margarine, pêches, œufs, bicarbonate de soude.

Contient : blé, soya, produits laitiers, œufs.

LUNDI LE 25 NOVEMBRE:

REPAS PRINCIPAL : Poulet à la salsa : Poulet, maïs, salsa, moutarde à l'ancienne, cassonade, sel, poivre.

Contient : blé, soya, moutarde.

Rotinis à la crème de cheddar : Rotinis, bouillon de volaille, fromage cheddar, crème, fécule de maïs, sel, poivre.

Contient : blé, produits laitiers.

DESSERT : Galette au gruau et chocolat : Farine, avoine, margarine, cassonade, brisures de chocolat, purée de pommes, œufs, bicarbonate de soude, sel.

Contient : Blé, produits laitiers, soya, œufs.

COLLATION PM : Fromage et mini muffin :

Contient : produits laitiers, blé, œufs, soya.

MARDI LE 26 NOVEMBRE:

REPAS PRINCIPAL : Macaroni à la viande : Macaroni, bœuf, poivrons verts, poivrons rouges, crème de tomates, sauce tomates, tomates, céleris, oignons, ail, sel, poivre.

Contient : blé, soya.

DESSERT : Yogourt :

Contient : Produits laitiers.

COLLATION PM : Muffin aux bananes : Farine de blé, bananes, cassonade, lait, huile végétale, poudre à pâte, vinaigre, vanille, bicarbonate de soude.

Contient : blé, produits laitiers.

MERCREDI LE 27 NOVEMBRE :

REPAS PRINCIPAL : Chili classique : Bœuf, haricots rouges, maïs, carottes, oignons, céleris, poivrons rouges, tomates, base de bœuf, chili, cumin, paprika, coriandre, origan, sel, poivre.

Contient : haricots rouges, soya.

Pain de blé :

Contient : blé, soya.

DESSERT : Galette crème sûre : Farine, sucre, crème sûre, margarine, œufs, bicarbonate de soude.

Contient: blé, produits laitiers, soya, œufs.

COLLATION PM : Yogourt et céréales :

Contient : produits laitiers.