



# Notre dame des oiseaux Self

## Menu du Lundi 2 Novembre au Vendredi 6 Novembre

Repas végétarien

| Lundi 2 Novembre                                                                                                                               | Mardi 3 Novembre                                                                                                       | Jeudi 5 Novembre                                                                                                                                             | Vendredi 6 Novembre                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li> Betteraves , Vinaigrette</li><li> Œuf dur mayonnaise</li></ul>                                          | <ul style="list-style-type: none"><li> Friand au fromage</li><li> Choux-fleurs au maïs , Vinaigrette</li></ul>         | <ul style="list-style-type: none"><li> Potage de légumes</li><li> Salade de pommes de terre, persil et oignon rouge , Vinaigrette</li></ul>                  | <ul style="list-style-type: none"><li> Salade de <b>coquillettes HVE</b> sauce cocktail</li><li>Saucisson à l'ail , Cornichons</li></ul> |
| <ul style="list-style-type: none"><li> <b>Macaronis HVE</b> , Sauce Carbonara</li><li>Dos de <b>colin MSC</b> , Sauce à la crème</li></ul>     | <ul style="list-style-type: none"><li> Emincé de pois et blé , Sauce curry</li><li> Omelette à la ciboulette</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Cordon bleu de dinde , Sauce Napolitaine</li><li>Gratiné de la mer au <b>colin MSC</b></li></ul>                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Filet de <b>merlu MSC</b> , Sauce au citron</li><li>Émincé de poulet , Sauce à la crème</li></ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"><li> <b>Macaronis HVE</b></li><li> Petits pois aux oignons</li></ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"><li> Riz créole</li><li> Butternut rôtie</li></ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"><li> Carottes braisées</li><li> <b>Semoule HVE</b></li></ul>                                                               | <ul style="list-style-type: none"><li> Brocolis</li><li> Boulgour , Sauce tomate</li></ul>                                               |
| <p>Assortiments de fromages</p>                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li> Laitage</li></ul>                                                               | <p>Assortiments de fromages</p>                                                                                                                              | <p>Assortiments de fromages</p>                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"><li> Compote de pommes</li><li> Fruits de saison</li><li> Pot de glace à la vanille et au chocolat</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li> Fruits de saison</li><li> Donut</li><li> Yaourt aromatisé</li></ul>             | <ul style="list-style-type: none"><li> Mille feuille de génoise et confiture de fraise</li><li> Fruits de saison</li><li> Salade de fruits du chef</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li> Fruits de saison</li><li>Liégeois au chocolat</li><li> Yaourt aux fruits</li></ul>                |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** - Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

# Notre dame des oiseaux Self

## Menu du Lundi 9 Novembre au Vendredi 13 Novembre

### Repas végétarien

| Lundi 9 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Mardi 10 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jeudi 12 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Vendredi 13 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li> Rillettes de sardines sur toast</li> <li> Salade de haricots rouges aux oignons , Vinaigrette</li> </ul>                                                                                                   | <p>Champignons aux herbes , Vinaigrette</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Petits pois à la <b>feta AOP</b></li> </ul>                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li> Velouté de potiron au curry</li> <li> Minis pizzas</li> </ul>                                                                                                                     | <p>Salade laitue, poulet, Emmental et croûtons , Sauce caesar (<b>parmesan AOP</b>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Émincé de chou chinois , Vinaigrette thaï</li> </ul>                                                                                                                                   |
| <p>Ravioli à la sauce tomate</p> <p><b>Colin MSC</b> , Sauce à l'échalote</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>Rôti de dinde , Jus lié viande</p> <p><b>Saumonette MSC</b> rôtie , Sauce aux herbes fraîches et ail</p>                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li> Parmentier de lentilles à la tomate</li> <li> Nuggets végétariens , Sauce barbecue</li> </ul>                                                                                     | <p>Filet de <b>colin MSC</b> , Sauce au citron</p> <p>Chili con carne</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li> <b>Tortis HVE</b></li> <li> Haricots plats en persillade</li> </ul>                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li> Cœur de blé</li> <li> Brocolis</li> </ul>                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li> Choux-fleurs à la crème</li> <li> Écrasé de pommes de terre du chef</li> </ul>                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li> Gratin d'épinard</li> <li> Riz pilaf</li> </ul>                                                                                                                                             |
| <ul style="list-style-type: none"> <li> Laitage</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li> Laitage</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Assortiments de fromages</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Assortiments de fromages</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li> Fruits de saison</li> <li> Fromage blanc à la confiture de fraises</li> <li> Compote de pommes et bananes</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> Fruits de saison</li> <li> Poire belle Hélène</li> <li> Gaufre au sucre glace</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> Cake vanille du chef</li> <li> Fruits de saison</li> <li> Liégeois au chocolat</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> Fruits de saison</li> <li> Crème dessert à la vanille</li> <li> Salade de fruits du chef</li> </ul> |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  **Recettes bas carbone**

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

# Notre dame des oiseaux Self

## Menu du Lundi 16 Novembre au Vendredi 20 Novembre

### Repas végétarien

| Lundi 16 Novembre                                                                                                                                                                                                                                 | Mardi 17 Novembre                                                                                                                                                                                                                       | Jeudi 19 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Vendredi 20 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Chou blanc aux pommes ,<br>Vinaigrette<br> Butternut râpée au fromage blanc    |  Wrap de thon aux carottes râpées<br> Œuf dur mayonnaise              |  Carottes <b>Locales</b> râpées , Vinaigrette<br> Salade de haricots rouges au maïs                                                                              |  Potage de légumes<br> Salade de haricots verts aux<br>échalotes , Vinaigrette                                                                           |
|  Rougail à la saucisse végétale<br> Omelette aux fines herbes                   | Jambon braisé , Jus lié thym et citron<br><b>Filet de colin MSC</b> au citron                                                                                                                                                           | Pot au feu<br>Filet de <b>hoki MSC</b> , Sauce crevettes                                                                                                                                                                                                                                                                               | Blanquette aux deux poissons<br>Boulettes au veau , Sauce curry coco                                                                                                                                                                                                                                                           |
|  Petits pois au jus<br> Riz créole                                              |  Poêlée de carottes et butternuts<br> Frites                          |  Poêlée de carottes et butternuts<br> Pommes de terre persillées                                                                                                 |  <b>Coquillettes HVE</b><br> Endives braisées                                                                                                            |
| Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                          | Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                |  Laitage                                                                                                                                                                                                                                            | Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  Fruits de saison<br> Coupe à la banane et au chocolat<br>Liégeois à la vanille | Crème dessert au chocolat<br> Fruits de saison<br> Compote de poires |  Tarte fine aux pommes<br> Fruits de saison<br> Fromage blanc à la cassonade |  Fruits de saison<br> Yaourt aux fruits<br> Crème dessert au caramel |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

# Notre dame des oiseaux Self

## Menu du Lundi 23 Novembre au Vendredi 27 Novembre

### Repas végétarien

| Lundi 23 Novembre                                                                                                                                                                                                                 | Mardi 24 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jeudi 26 Novembre                                                                                                                                                                                                                              | Vendredi 27 Novembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Macédoine de légumes au fromage blanc et au curry<br>Crêpe au fromage                                                                           |  Potage de légumes<br>salade verte aux dés de mimolette ,<br>Vinaigrette                                                                                                                                                          |  Chiffonnade de salade verte et croûtons , Vinaigrette<br>Rillettes de thon au fromage blanc                                                                |  Salade de riz et maïs , Vinaigrette<br> Coleslaw                                                                                                                   |
| Haut de cuisse de <b>poulet BBC</b> rôti aux herbes<br>Filet de <b>merlu MSC</b> , Sauce à la crème                                                                                                                               |  Bolognaise de <b>pois BIO</b><br>Tortellini ricotta et épinards, sauce fromagère                                                                                                                                                 | Saucisse de Toulouse<br>Filet de <b>hoki MSC</b> en croûte d'herbes                                                                                                                                                                            | Gratin de <b>colin MSC</b> à la normande<br>Merguez                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  Pommes de terre sautées<br> Potimarron rôti                    |  <b>Coquillettes HVE</b><br> Épinards à la crème                                                                                                 |  <b>Lentilles HVE</b><br> Carottes braisées                              |  Brocolis aux oignons<br> <b>Semoule HVE</b>                                                                                                                        |
| Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                          | Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  Laitage                                                                                                                                                    | Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|  Fruits de saison<br>Liégeois à la vanille<br> Crème aux œufs |  Yaourt aromatisé<br> Fruits de saison<br> Compote de pommes | Mousse au chocolat du chef<br> Fruits de saison<br> Compote de fruits |  Salade de fruits du chef<br> Fruits de saison<br> Crème dessert à la vanille |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.



# Notre dame des oiseaux Self

## Menu du Lundi 30 Novembre au Vendredi 4 Décembre

### Repas végétarien

| Lundi 30 Novembre                                                                                                                                             | Mardi 1 Décembre                                                                                            | Jeudi 3 Décembre                                                                                                                                                 | Vendredi 4 Décembre                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li> Betteraves , Vinaigrette</li><li> Choux fleurs à l'échalote</li></ul>                                                  | <ul style="list-style-type: none"><li> Velouté de légumes verts</li><li> Coleslaw purple</li></ul>          | <ul style="list-style-type: none"><li> Céleri rave sauce rémoulade</li><li> Bouillon de légumes aux vermicelles</li></ul>                                        | <ul style="list-style-type: none"><li> Salade de carottes à la marocaine , Vinaigrette</li><li> Salade mexicaine , Vinaigrette</li></ul>      |
| <ul style="list-style-type: none"><li> Tartiflette (<b>Reblochon AOP</b>) aux lardons de dinde</li><li>Filet de <b>hoki MSC</b> , Sauce aux agrumes</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Bœuf façon bourguignon</li><li> Omelette</li></ul>                    | <ul style="list-style-type: none"><li> <b>Coquillettes HVE</b> , Bolognaise de <b>pois BIO</b></li><li> <b>Coquillettes HVE</b> , Sauce aux 3 fromages</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Calamars à la romaine , Sauce tartare</li><li>Escalope de porc , sauce Dijonnaise</li></ul>             |
| <ul style="list-style-type: none"><li> Pommes de terre vapeur</li><li> Haricots verts sautés</li></ul>                                                        | <ul style="list-style-type: none"><li> Riz pilaf</li><li> Petits pois au jus</li></ul>                      | <ul style="list-style-type: none"><li> Panais en persillade</li></ul>                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"><li> Purée de potiron</li><li> Pommes de terre au four</li></ul>                                            |
| <ul style="list-style-type: none"><li>Assortiments de fromages</li></ul>                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"><li>Assortiments de fromages</li></ul>                                    | <ul style="list-style-type: none"><li> Laitage</li></ul>                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"><li>Assortiments de fromages</li></ul>                                                                      |
| <ul style="list-style-type: none"><li> Fruits de saison</li><li> Flan nappé au caramel</li><li> <b>Yaourt aromatisé LOCAL</b></li></ul>                       | <ul style="list-style-type: none"><li> Fruits de saison</li><li> Compote de fruits</li><li> Donut</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li> Cake aux poires</li><li> Fruits de saison</li><li> Compote de fruits</li></ul>                                            | <ul style="list-style-type: none"><li> Fruits de saison</li><li>Mousse au chocolat</li><li> Fromage blanc à la confiture de fraises</li></ul> |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** - **Recettes bas carbone**

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

# Notre dame des oiseaux Self

## Menu du Lundi 7 Décembre au Vendredi 11 Décembre

### Repas végétarien

| Lundi 7 Décembre                                                                                                                                                                                                                    | Mardi 8 Décembre                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jeudi 10 Décembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Vendredi 11 Décembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Potage de légumes<br>Friand au fromage                                                                                                            |  Céleri rave sauce rémoulade<br> Pomelos rose                                                                                                |  Endives à la mimolette , Vinaigrette<br> Macédoine de légumes au fromage blanc et au curry , Vinaigrette                                               |  Pâté de campagne , Cornichons<br> Potage aux poireaux et pommes de terre                                                                                 |
| Cuisse de poulet rôti aux herbes , Sauce tex mex<br>Filet de <b>lieu MSC</b> , Sauce à l'échalote                                                                                                                                   | Sauté de porc , Sauce caramel<br>Filet de <b>colin MSC</b> , Sauce nantua                                                                                                                                                                                                                                      |  lasagnes aux légumes d'hiver<br> Falafels , Sauce blanche                                                                                              | Filet de <b>merlu MSC</b> , Sauce tartare<br>Escalope de dinde , Sauce cajun                                                                                                                                                                                                                                                    |
|  Frites<br> Choux-fleurs rôti                                     |  Nouille de riz<br> Poêlée asiatique de <b>pépinettes BIO</b>                                                                                |  Brocolis à l'ail<br> <b>Pennes HVE</b>                                                                                                                 |  <b>Semoule HVE</b><br> Épinards                                                                                                                          |
| Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                            | Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  Laitage                                                                                                                                                                                                                                     |
|  Fruits de saison<br> Compote de pommes<br>Liégeois à la vanille |  Pot de glace<br> Fruits de saison<br> Yaourt aux fruits |  Crème aux œufs du chef<br> Fruits de saison<br> Suisse aromatisé |  Salade de fruits du chef<br> Fruits de saison<br> Yaourt aromatisé |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

# Notre dame des oiseaux Self

## Menu du Lundi 14 Décembre au Vendredi 18 Décembre

| Repas végétarien                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Menu de Noel                                                                                                                                                                                                                                       | Menu du Chef                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lundi 14 Décembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Mardi 15 Décembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jeudi 17 Décembre                                                                                                                                                                                                                                  | Vendredi 18 Décembre                                                                        |
| Crêpe aux champignons<br> Céleri rave râpé , Vinaigrette                                                                                                                                                                        |  Potage de légumes<br> Salade de lentilles , Vinaigrette                                                                                                 | Mousse de canard et cornichon , Toasts<br>Batavia à l'avocat et crevettes ,<br>Vinaigrette                                                                                                                                                         |                                                                                             |
|  Nuggets végétariens , Sauce<br>barbecue<br>Quiche au fromage feuilletée du chef                                                                                                                                                | Hachis Parmentier du chef<br>Parmentier de <b>colin MSC</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | Suprême de poulet , Sauce aux marrons<br>Filet de saumon rôti , Sauce beurre blanc                                                                                                                                                                 |                                                                                             |
|  Brocolis gratinés<br> Boulgour                                                                                                                |  Salade verte , Vinaigrette                                                                                                                                                                                                               | Pommes noisettes<br> Haricots verts                                                                                                                             |                                                                                             |
| Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  Laitage                                                                                                                                                                                                                                  | Assortiments de fromages                                                                                                                                                                                                                           |  Laitage |
|  Semoule au lait<br> Fruits de saison<br> Yaourt aromatisé |  Fruits de saison<br> Flan au caramel<br> Banane à la crème anglaise | Bûche de Noël aux 3 chocolats<br> Clémentine<br> Salade de fruits du chef |                                                                                             |

Légende : **Bio** - **Produits régionaux** - **Produits labellisés** -  Recettes bas carbone

Menus susceptibles de variations, sous réserve des approvisionnements.

Api Restauration, S.A.S. au Capital de 10.000.000,00 € - RCS Lille Métropole : 477 181 010 - Siège social : 384 rue du Général de Gaulle - 59370 Mons en Baroeul.

# Notre dame des oiseaux Self

Lundi 2 Novembre

| Recettes                | Ingrédients                                                                                     | Allergènes                                                                               |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                 |                                                                                                 |                                                                                          |
| Betteraves              | Betterave                                                                                       |                                                                                          |
| Vinaigrette             | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Oeuf dur mayonnaise     | Mayonnaise, Oeuf dur, Paprika                                                                   | Oeufs et produits à base d'oeufs                                                         |
| Plat principal          |                                                                                                 |                                                                                          |
| Macaronis HVE           | Huile, Macaronis, Poivre, Sel fin                                                               | Céréales contenant du gluten                                                             |
| Sauce Carbonara         | Crème fraîche, Farine de blé, Lait de vache, Lardons, Margarine, Muscade, Poivre blanc, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                            |
| Dos de colin MSC        | Colin, Concentré de fruit, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                   | Poissons et produits à base de poissons                                                  |
| Sauce à la crème        | Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre blanc, Sel fin   | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                            |
| Accompagnement          |                                                                                                 |                                                                                          |
| Macaronis HVE           | Huile, Macaronis, Poivre, Sel fin                                                               | Céréales contenant du gluten                                                             |
| Petits pois aux oignons | Laurier, Margarine, Oignon, Petit pois, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Thym                    |                                                                                          |
| Fromage                 |                                                                                                 |                                                                                          |

|                                          |                                        |                                 |
|------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------|
| Assortiments de fromages                 | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                                  |                                        |                                 |
| Compote de pommes                        | Compote                                |                                 |
| Fruits de saison                         | Banane, Orange, Poire, Pomme           |                                 |
| Pot de glace à la vanille et au chocolat | Petit pot glacé                        | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Self

Mardi 3 Novembre

| Recettes                 | Ingrédients                                                                                        | Allergènes                                                                               |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                  |                                                                                                    |                                                                                          |
| Friand au fromage        | Friand et feuilleté                                                                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                            |
| Choux-fleurs au maïs     | Chou fleur, Eau de ville, Huile, Jus de fruits, Maïs, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin              | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Vinaigrette              | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                            | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Plat principal           |                                                                                                    |                                                                                          |
| Emincé de pois et blé    | Emincé végétal, Margarine, Poivre, Sel fin                                                         | Céréales contenant du gluten                                                             |
| Sauce curry              | Ail, Crème fraîche, Curry, Eau de ville, Échalote, Farine de blé, Margarine, Poivre blanc, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                            |
| Omelette à la ciboulette | Ciboulette, Huile, Lait de vache, Oeuf liquide entier, Poivre blanc, Sel fin                       | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                        |
| Accompagnement           |                                                                                                    |                                                                                          |
| Riz créole               | Eau de ville, Margarine, Poivre blanc, Riz long, Sel fin                                           |                                                                                          |
| Butternut rôtie          | Courge butternut, Herbes de provence, Huile, Poivre, Sel fin                                       |                                                                                          |
| Fromage                  |                                                                                                    |                                                                                          |
| Laitage                  | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                              | Lait et produits à base de lait                                                          |

| Dessert          |                              |                                                                                              |
|------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fruits de saison | Banane, Orange, Poire, Pomme |                                                                                              |
| Donut            | Donut                        | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Soja et produits en contenant |
| Yaourt aromatisé | Yaourt aromatisé             | Lait et produits à base de lait                                                              |

# Notre dame des oiseaux Self

Jeudi 5 Novembre

| Recettes                                          | Ingrédients                                                                                                                              | Allergènes                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                           |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
| Potage de légumes                                 | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                 |                                                                                                                                                                                                |
| Salade de pommes de terre, persil et oignon rouge | Eau de ville, Huile, Moutarde, Oignon rouge, Persil plat, Poivre, Pomme de terre, Sel fin, Vinaigre de vin                               | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                                       |
| Vinaigrette                                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                  | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                                       |
| Plat principal                                    |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
| Cordon bleu de dinde                              | Cordon bleu à la volaille                                                                                                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                                                                  |
| Sauce Napolitaine                                 | Ail, Basilic, Carotte, Cumin, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Oignon, Paprika, Poivre blanc, Poivron, Sel fin, Tomate                | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                                                   |
| Gratiné de la mer au colin MSC                    | Champignon de Paris, Chapelure, Colin, Crème fraîche, Crevette/Gambas, Échalote, Farine de blé, Huile, Margarine, Moule, Poivre, Sel fin | Crustacés et produits à base de crustacés, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Mollusques et produits à base de mollusques, Poissons et produits à base de poissons |
| Accompagnement                                    |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |
| Carottes braisées                                 | Ail, Carotte, Eau de ville, Laurier, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                      |                                                                                                                                                                                                |

|                                                 |                                                                  |                                                                                                 |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Semoule HVE                                     | Eau de ville, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Semoule de blé       | Céréales contenant du gluten                                                                    |
| Fromage                                         |                                                                  |                                                                                                 |
| Assortiments de fromages                        | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                           | Lait et produits à base de lait                                                                 |
| Dessert                                         |                                                                  |                                                                                                 |
| Mille feuille de génoise et confiture de fraise | Confiture, Génoise feuille                                       | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Fruits de saison                                | Banane, Orange, Poire, Pomme                                     |                                                                                                 |
| Salade de fruits du chef                        | Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l                  |

# Notre dame des oiseaux Self

Vendredi 6 Novembre

| Recettes                                  | Ingrédients                                                                                                | Allergènes                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                   |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Salade de coquillettes HVE sauce cocktail | Coquillettes, Eau de ville, Ketchup, Mayonnaise, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin                        | Céréales contenant du gluten, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                                |
| Saucisson à l'ail                         | Saucisson à l'ail                                                                                          |                                                                                                                                               |
| Cornichons                                | Cornichon                                                                                                  | Moutarde                                                                                                                                      |
| Plat principal                            |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Filet de merlu MSC                        | Concentré de fruit, Huile, Merlu, Poivre, Sel fin, Thym                                                    | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons                       |
| Sauce au citron                           | Concentré de fruit, Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Poivre blanc, Sel fin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait |
| Émincé de poulet                          | Ail, Carotte, Eau de ville, Emincé de poulet, Huile, Oignon, Poivre, Sel fin                               |                                                                                                                                               |
| Sauce à la crème                          | Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre blanc, Sel fin              | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                 |
| Accompagnement                            |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Brocolis                                  | Brocoli, Huile, Poivre blanc, Sel fin                                                                      |                                                                                                                                               |
| Boulgour                                  | Boulgour, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poivre, Sel fin                                                 | Céréales contenant du gluten                                                                                                                  |

|                          |                                                                                                                            |                                 |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Sauce tomate             | Ail, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Laurier, Margarine, Oignon, Paprika, Poivre blanc, Poivron, Sel fin, Thym, Tomate | Céréales contenant du gluten    |
| Fromage                  |                                                                                                                            |                                 |
| Assortiments de fromages | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                                     | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                  |                                                                                                                            |                                 |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                               |                                 |
| Liégeois au chocolat     | Liégeois                                                                                                                   | Lait et produits à base de lait |
| Yaourt aux fruits        | Yaourt aux fruits                                                                                                          | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Self

Lundi 9 Novembre

| Recettes                              | Ingrédients                                                                                                            | Allergènes                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                               |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
| Rillettes de sardines sur toast       | Concentré de fruit, Fromage blanc, Mayonnaise, Pain de mie, Persil plat, Poivre blanc, Sardines à l'huile, Sel fin     | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs, Poissons et produits à base de poissons |
| Salade de haricots rouges aux oignons | Eau de ville, Haricot rouge, Huile, Moutarde, Oignon, Persil plat, Poivre, Sel fin, Vinaigre d'alcool                  | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                                                                 |
| Vinaigrette                           | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                                                                 |
| Plat principal                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
| Ravioli à la sauce tomate             | Ail, Basilic, Carotte, Huile, Oignon, Origan/Marjolaine, pâtes farcies carnées, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Tomate | Céréales contenant du gluten, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                                                                                                           |
| Colin MSC                             | Colin, Huile, Jus de fruits, Poivre, Sel fin, Thym                                                                     | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons                                                                                                  |
| Sauce à l'échalote                    | Crème fraîche, Eau de ville, Échalote, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre blanc, Sel fin                          | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                            |
| Accompagnement                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
| Tortis HVE                            | Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin, Torti                                                                            | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                                                                             |

|                                         |                                                                       |                                 |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Haricots plats en persillade            | Échalion, Haricot plat, Margarine, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin |                                 |
| Fromage                                 |                                                                       |                                 |
| Laitage                                 | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                 | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                                 |                                                                       |                                 |
| Fruits de saison                        | Banane, Orange, Poire, Pomme                                          |                                 |
| Fromage blanc à la confiture de fraises | Confiture, Fromage blanc                                              | Lait et produits à base de lait |
| Compote de pommes et bananes            | Compote bi-goût                                                       |                                 |

# Notre dame des oiseaux Self

Mardi 10 Novembre

| Recettes                         | Ingrédients                                                                                                                                   | Allergènes                                                                                                      |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                          |                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Champignons aux herbes           | Champignon de Paris, Estragon, Jus de fruits, Persil plat, Poivre, Sel fin                                                                    |                                                                                                                 |
| Vinaigrette                      | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                        |
| Petits pois à la feta AOP        | Feta, Huile, Jus de fruits, Menthe, Petit pois, Poivre blanc, Sel fin                                                                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait |
| Plat principal                   |                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Rôti de dinde                    | Ail, Huile, Laurier, Margarine, Poivre blanc, Rôti de dinde, Sel fin, Thym                                                                    |                                                                                                                 |
| Jus lié viande                   | Ail, Carotte, Eau de ville, Farine de blé, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                        | Céréales contenant du gluten                                                                                    |
| Saumonette MSC rôtie             | Ail, Huile, Poivre, Rousette / Saumonette, Sel fin, Thym                                                                                      | Poissons et produits à base de poissons                                                                         |
| Sauce aux herbes fraîches et ail | Ail, Basilic, Carotte, Coriandre fraîche, Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                   |
| Accompagnement                   |                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Coeur de blé                     | Eau de ville, Grains de blé, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin                                                                         | Céréales contenant du gluten                                                                                    |

|                       |                                                                                                  |                                                                                                 |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Brocolis              | Brocoli, Huile, Poivre blanc, Sel fin                                                            |                                                                                                 |
| Fromage               |                                                                                                  |                                                                                                 |
| Laitage               | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                            | Lait et produits à base de lait                                                                 |
| Dessert               |                                                                                                  |                                                                                                 |
| Fruits de saison      | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                     |                                                                                                 |
| Poire belle Hélène    | Amande, Beurre doux, Chocolat au lait, Crème fraîche, Glace, Lait de vache, Poire, Sucre semoule | Fruits à coques, Lait et produits à base de lait                                                |
| Gaufre au sucre glace | Gaufre, Sucre glace                                                                              | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |

# Notre dame des oiseaux Self

Jeudi 12 Novembre

| Recettes                            | Ingrédients                                                                                                                       | Allergènes                                                                                                   |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                             |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Velouté de potiron au curry         | Ail, Courge potiron, Crème fraîche, Curry, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poivre, Pomme de terre, Sel fin                       | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Minis pizzas                        | Pizza                                                                                                                             | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                |
| Plat principal                      |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Parmentier de lentilles à la tomate | Ail, Chapelure, Huile, Lentille verte, Oignon, Poivre, Pomme de terre, Sel fin, Tomate                                            | Céréales contenant du gluten                                                                                 |
| Nuggets végétariens                 | Nugget végétal                                                                                                                    | Céréales contenant du gluten                                                                                 |
| Sauce barbecue                      | Cumin, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Ketchup, Margarine, Miel, Oignon, Paprika, Poivre, Sel fin, Tabasco, Vinaigre d'alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten |
| Accompagnement                      |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Choux-fleurs à la crème             | Chou fleur, Crème fraîche, Huile, Poivre blanc, Sel fin                                                                           | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Écrasé de pommes de terre du chef   | Lait de vache, Margarine, Muscade, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                          | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Fromage                             |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Assortiments de fromages            | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                                            | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Dessert                             |                                                                                                                                   |                                                                                                              |

|                      |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cake vanille du chef | Arôme, Beurre doux, Farine de blé, Huile, Lait de vache, Levure chimique/Bicarbonate, Oeuf liquide entier, Sel fin, Sucre semoule | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Fruits de saison     | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                                      |                                                                                                                                                                                 |
| Liégeois au chocolat | Liégeois                                                                                                                          | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                 |

# Notre dame des oiseaux Self

Vendredi 13 Novembre

| Recettes                                    | Ingrédients                                                                                                           | Allergènes                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                     |                                                                                                                       |                                                                                                                                                          |
| Salade laitue, poulet, Emmental et croûtons | Croûton, Emincé de poulet, Emmental, Salade laitue                                                                    | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                            |
| Sauce caesar (parmesan AOP)                 | Ail, Anchois, Crème fraîche, Eau de ville, Huile, Jus de fruits, Parmesan, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre de Xérès   | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Poissons et produits à base de poissons |
| Émincé de chou chinois                      | Chou Chinois, Jus de fruits, Poivre, Sel fin                                                                          | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l                                                                           |
| Vinaigrette thaï                            | Eau de ville, Gingembre, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sauce Soja, Sel fin, Sucre semoule, Vinaigre de riz           | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Moutarde, Soja et produits en contenant    |
| Plat principal                              |                                                                                                                       |                                                                                                                                                          |
| Filet de colin MSC                          | Colin, Huile, Jus de fruits, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                              | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons                                  |
| Sauce au citron                             | Concentré de fruit, Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Poivre blanc, Sel fin            | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait            |
| Chili con carne                             | Ail, Boeuf Haché, Carotte, Cumin, Haricot rouge, Huile, Maïs, Oignon, Paprika, Poivre blanc, Poivron, Sel fin, Tomate |                                                                                                                                                          |
| Accompagnement                              |                                                                                                                       |                                                                                                                                                          |

|                            |                                                                                        |                                                                                |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Gratin d'épinard           | Epinard, Farine de blé, Lait de vache, Margarine, Mozzarella, Muscade, Poivre, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                  |
| Riz pilaf                  | Eau de ville, Huile, Laurier, Oignon, Poivre blanc, Riz long, Sel fin, Thym            |                                                                                |
| Fromage                    |                                                                                        |                                                                                |
| Assortiments de fromages   | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                 | Lait et produits à base de lait                                                |
| Dessert                    |                                                                                        |                                                                                |
| Fruits de saison           | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                           |                                                                                |
| Crème dessert à la vanille | Crème dessert                                                                          | Lait et produits à base de lait                                                |
| Salade de fruits du chef   | Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l |

# Notre dame des oiseaux Self

Lundi 16 Novembre

| Recettes                         | Ingrédients                                                                                                    | Allergènes                                                                                                                |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                          |                                                                                                                |                                                                                                                           |
| Chou blanc aux pommes            | Chou blanc, Jus de fruits, Persil plat, Poivre blanc, Pomme, Sel fin                                           | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l                                            |
| Vinaigrette                      | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                  |
| Butternut râpée au fromage blanc | Ciboulette, Courge butternut, Fromage blanc, Moutarde, Poivre, Sel fin                                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Moutarde |
| Plat principal                   |                                                                                                                |                                                                                                                           |
| Rougail à la saucisse végétale   | Ail, Cumin, Curcuma, Eau de ville, Gingembre, Huile, Oignon, Paprika, Poivre, Rouleau végétal, Sel fin, Tomate | Céréales contenant du gluten, Moutarde                                                                                    |
| Omelette aux fines herbes        | Cerfeuil, Ciboulette, Huile, Lait de vache, Oeuf liquide entier, Persil plat, Poivre, Sel fin                  | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                         |
| Accompagnement                   |                                                                                                                |                                                                                                                           |
| Petits pois au jus               | Ail, Herbes de provence, Margarine, Oignon, Petit pois, Poivre, Sel fin, Thym                                  |                                                                                                                           |
| Riz créole                       | Eau de ville, Margarine, Poivre blanc, Riz long, Sel fin                                                       |                                                                                                                           |
| Fromage                          |                                                                                                                |                                                                                                                           |
| Assortiments de fromages         | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                         | Lait et produits à base de lait                                                                                           |

| Dessert                          |                                |                                                                   |
|----------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Fruits de saison                 | Banane, Orange, Poire, Pomme   |                                                                   |
| Coupe à la banane et au chocolat | Banane, Coulis, Crème anglaise | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Liégeois à la vanille            | Liégeois                       | Lait et produits à base de lait                                   |

# Notre dame des oiseaux Self

Mardi 17 Novembre

| Recettes                         | Ingrédients                                                                                   | Allergènes                                                                                                              |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                          |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Wrap de thon aux carottes râpées | Basilic, Carotte, Mayonnaise, Poivre, Salade batavia, Sel fin, Thon au naturel, Tortilla/Wrap | Céréales contenant du gluten, Oeufs et produits à base d'oeufs, Poissons et produits à base de poissons                 |
| Oeuf dur mayonnaise              | Mayonnaise, Oeuf dur, Paprika                                                                 | Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                                        |
| Plat principal                   |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Jambon braisé                    | Jambon à griller                                                                              |                                                                                                                         |
| Jus lié thym et citron           | Carotte, Citron, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Margarine, Oignon, Poivre, Sel fin, Thym | Céréales contenant du gluten                                                                                            |
| Filet de colin MSC au citron     | Citron, Colin, Huile, Jus de fruits, Poivre, Sel fin                                          | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons |
| Accompagnement                   |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Poêlée de carottes et butternuts | Carotte, Courge butternut, Huile, Oignon, Poivre, Sel fin, Thym                               |                                                                                                                         |
| Frites                           | Frites, Sel fin                                                                               |                                                                                                                         |
| Fromage                          |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Assortiments de fromages         | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                        | Lait et produits à base de lait                                                                                         |
| Dessert                          |                                                                                               |                                                                                                                         |

|                           |                              |                                 |
|---------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Crème dessert au chocolat | Crème dessert                | Lait et produits à base de lait |
| Fruits de saison          | Banane, Orange, Poire, Pomme |                                 |
| Compote de poires         | Compote                      |                                 |

# Notre dame des oiseaux Self

Jeudi 19 Novembre

| Recettes                          | Ingrédients                                                                                                                                          | Allergènes                                                                                                                                              |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                           |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |
| Carottes Locales râpées           | Carotte                                                                                                                                              |                                                                                                                                                         |
| Vinaigrette                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                              | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                |
| Salade de haricots rouges au maïs | Eau de ville, Échalote, Haricot rouge, Huile, Maïs, Moutarde, Persil plat, Poivre, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                |
| Plat principal                    |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |
| Pot au feu                        | Ail, Carotte, Céleri, Huile, Navet, Oignon, Paleron, Poireau, Poivre, Pomme de terre, Sel fin                                                        | Céleri et produits à base de céleri                                                                                                                     |
| Filet de hoki MSC                 | Hoki, Huile, Laurier, Poivre, Sel fin, Thym                                                                                                          | Poissons et produits à base de poissons                                                                                                                 |
| Sauce crevettes                   | Cerfeuil, Concentré de fruit, Crevette/Gambas, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre blanc, Sel fin, Vin blanc sans alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Crustacés et produits à base de crustacés, Céréales contenant du gluten |
| Accompagnement                    |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |
| Poêlée de carottes et butternuts  | Carotte, Courge butternut, Huile, Oignon, Poivre, Sel fin, Thym                                                                                      |                                                                                                                                                         |
| Pommes de terre persillées        | Margarine, Persil plat, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                                                        |                                                                                                                                                         |
| Fromage                           |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |

|                              |                                                                     |                                                                                                              |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Laitage                      | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                               | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Dessert                      |                                                                     |                                                                                                              |
| Tarte fine aux pommes        | Cannelle, Compote, Confiture, Jus de fruits, Pâte feuilletée, Pomme | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten |
| Fruits de saison             | Banane, Orange, Poire, Pomme                                        |                                                                                                              |
| Fromage blanc à la cassonade | Cassonade, Fromage blanc                                            | Lait et produits à base de lait                                                                              |

# Notre dame des oiseaux Self

Vendredi 20 Novembre

| Recettes                               | Ingrédients                                                                                                                                                                               | Allergènes                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Potage de légumes                      | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Salade de haricots verts aux échalotes | Eau de ville, Échalote, Haricot vert, Huile, Moutarde, Poivre, Sel fin, Vinaigre de vin                                                                                                   | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                                                                            |
| Vinaigrette                            | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                                                                   | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                                                                            |
| Plat principal                         |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Blanquette aux deux poissons           | Ail, Carotte, Champignon de Paris, Colin, Crème fraîche, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Jus de fruits, Margarine, Moule, Oignon, Persil plat, Poireau, Poivre blanc, Saumon, Sel fin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Mollusques et produits à base de mollusques, Poissons et produits à base de poissons |
| Boulettes au veau                      | Boulette au veau, Herbes de provence, Huile                                                                                                                                               | Céréales contenant du gluten, Soja et produits en contenant                                                                                                                                                                         |
| Sauce curry coco                       | Ail, Carotte, Curry, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Lait de coco, Margarine, Paprika, Poivre blanc, Sel fin                                                                       | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                                                                                        |
| Accompagnement                         |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Coquillettes HVE                       | Coquillettes, Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin                                                                                                                                        | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                                                                                        |

|                          |                                                         |                                 |
|--------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Endives braisées         | Endive, Margarine, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Thym |                                 |
| Fromage                  |                                                         |                                 |
| Assortiments de fromages | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                  | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                  |                                                         |                                 |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme                            |                                 |
| Yaourt aux fruits        | Yaourt aux fruits                                       | Lait et produits à base de lait |
| Crème dessert au caramel | Crème dessert                                           | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Self

Lundi 23 Novembre

| Recettes                                          | Ingrédients                                                                                   | Allergènes                                                                                                              |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                           |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Macédoine de légumes au fromage blanc et au curry | Ciboulette, Curry, Fromage blanc, Macédoine de légumes, Poivre, Sel fin                       | Lait et produits à base de lait                                                                                         |
| Crêpe au fromage                                  | Crêpe salée garnie                                                                            | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                         |
| Plat principal                                    |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Haut de cuisse de poulet BBC rôti aux herbes      | Haut de cuisse de poulet, Herbes de provence, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Thym              |                                                                                                                         |
| Filet de merlu MSC                                | Concentré de fruit, Huile, Merlu, Poivre, Sel fin, Thym                                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons |
| Sauce à la crème                                  | Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre blanc, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                           |
| Accompagnement                                    |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Pommes de terre sautées                           | Pommes sautées                                                                                |                                                                                                                         |
| Potimarron rôti                                   | Courge potimarron, Huile, Miel, Poivre, Romarin, Sel fin                                      |                                                                                                                         |
| Fromage                                           |                                                                                               |                                                                                                                         |
| Assortiments de fromages                          | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                        | Lait et produits à base de lait                                                                                         |

| Dessert               |                              |                                                                   |
|-----------------------|------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Fruits de saison      | Banane, Orange, Poire, Pomme |                                                                   |
| Liégeois à la vanille | Liégeois                     | Lait et produits à base de lait                                   |
| Crème aux œufs        | Crème aux oeufs              | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |

# Notre dame des oiseaux Self

Mardi 24 Novembre

| Recettes                                        | Ingrédients                                                                                                                    | Allergènes                                                                                      |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                         |                                                                                                                                |                                                                                                 |
| Potage de légumes                               | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                       |                                                                                                 |
| salade verte aux dés de mimolette               | Mimolette, Salade batavia                                                                                                      | Lait et produits à base de lait                                                                 |
| Vinaigrette                                     | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde        |
| Plat principal                                  |                                                                                                                                |                                                                                                 |
| Bolognaise de pois BIO                          | Ail, Carotte, Cumin, Curcuma, Haché végétal, Laurier, Margarine, Oignon, Paprika, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Thym, Tomate |                                                                                                 |
| Tortellini ricotta et épinards, sauce fromagère | Farine de blé, Fromage, Lait de vache, Margarine, Muscade, Pâtes farcies, Poivre blanc, Sel fin                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Accompagnement                                  |                                                                                                                                |                                                                                                 |
| Coquillettes HVE                                | Coquillettes, Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin                                                                             | Céréales contenant du gluten                                                                    |
| Épinards à la crème                             | Ail, Crème fraîche, Epinard, Margarine, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                            | Lait et produits à base de lait                                                                 |
| Fromage                                         |                                                                                                                                |                                                                                                 |
| Assortiments de fromages                        | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                                         | Lait et produits à base de lait                                                                 |
| Dessert                                         |                                                                                                                                |                                                                                                 |

|                   |                              |                                 |
|-------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Yaourt aromatisé  | Yaourt aromatisé             | Lait et produits à base de lait |
| Fruits de saison  | Banane, Orange, Poire, Pomme |                                 |
| Compote de pommes | Compote                      |                                 |

# Notre dame des oiseaux Self

Jeudi 26 Novembre

| Recettes                                | Ingrédients                                                                                       | Allergènes                                                                                                 |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                 |                                                                                                   |                                                                                                            |
| Chiffonnade de salade verte et croûtons | Croûton, Salade laitue                                                                            | Céréales contenant du gluten                                                                               |
| Vinaigrette                             | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                           | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                   |
| Rillettes de thon au fromage blanc      | Ciboulette, Fromage blanc, Jus de fruits, Mayonnaise, Poivre, Sel fin, Thon au naturel            | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs, Poissons et produits à base de poissons |
| Plat principal                          |                                                                                                   |                                                                                                            |
| Saucisse de Toulouse                    | Huile, Saucisse de Toulouse, Thym                                                                 |                                                                                                            |
| Filet de hoki MSC en croûte d'herbes    | Chapelure, Farine de blé, Herbes de provence, Hoki, Margarine, Persil plat, Poivre, Sel fin, Thym | Céréales contenant du gluten, Poissons et produits à base de poissons                                      |
| Accompagnement                          |                                                                                                   |                                                                                                            |
| Lentilles HVE                           | Ail, Huile, Laurier, Lentille verte, Oignon, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin, Thym             |                                                                                                            |
| Carottes braisées                       | Ail, Carotte, Eau de ville, Laurier, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin, Thym               |                                                                                                            |
| Fromage                                 |                                                                                                   |                                                                                                            |
| Laitage                                 | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                             | Lait et produits à base de lait                                                                            |
| Dessert                                 |                                                                                                   |                                                                                                            |

|                            |                                                                 |                                                                                                  |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mousse au chocolat du chef | Beurre doux, Blanc d'oeuf liquide, Chocolat noir, Sucre semoule | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs, Soja et produits en contenant |
| Fruits de saison           | Banane, Orange, Poire, Pomme                                    |                                                                                                  |
| Compote de fruits          | Compote, Compote bi-goût                                        |                                                                                                  |

# Notre dame des oiseaux Self

Vendredi 27 Novembre

| Recettes                          | Ingrédients                                                                                                    | Allergènes                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                           |                                                                                                                |                                                                                                                                                             |
| Salade de riz et maïs             | Eau de ville, Huile, Maïs, Moutarde, Poivre blanc, Riz long, Sel fin, Vinaigre d'alcool                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                    |
| Vinaigrette                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                    |
| Coleslaw                          | Carotte, Chou blanc, Ciboulette, Fromage blanc, Mayonnaise, Moutarde, Oignon, Poivre, Sel fin, Vinaigre de vin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Plat principal                    |                                                                                                                |                                                                                                                                                             |
| Gratin de colin MSC à la normande | Colin, Crème fraîche, Margarine, Oignon, Poivre, Pomme, Sel fin                                                | Lait et produits à base de lait, Poissons et produits à base de poissons                                                                                    |
| Merguez                           | Merguez                                                                                                        |                                                                                                                                                             |
| Accompagnement                    |                                                                                                                |                                                                                                                                                             |
| Brocolis aux oignons              | Brocoli, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin                                                              |                                                                                                                                                             |
| Semoule HVE                       | Eau de ville, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Semoule de blé                                                     | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                |
| Fromage                           |                                                                                                                |                                                                                                                                                             |
| Assortiments de fromages          | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                         | Lait et produits à base de lait                                                                                                                             |
| Dessert                           |                                                                                                                |                                                                                                                                                             |

|                            |                                                                  |                                                                                |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Salade de fruits du chef   | Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l |
| Fruits de saison           | Banane, Orange, Poire, Pomme                                     |                                                                                |
| Crème dessert à la vanille | Crème dessert                                                    | Lait et produits à base de lait                                                |

# Notre dame des oiseaux Self

Lundi 30 Novembre

| Recettes                                         | Ingrédients                                                                                                            | Allergènes                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                          |                                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Betteraves                                       | Betterave                                                                                                              |                                                                                                                 |
| Vinaigrette                                      | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                        |
| Choux fleurs à l'échalote                        | Chou fleur, Eau de ville, Échalote, Huile, Moutarde, Poivre, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                        |
| Plat principal                                   |                                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Tartiflette (Reblochon AOP) aux lardons de dinde | Crème fraîche, Lardons, Oignon, Poivre blanc, Pomme de terre, Reblochon, Sel fin, Vin blanc sans alcool                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait |
| Filet de hoki MSC                                | Hoki, Huile, Laurier, Poivre, Sel fin, Thym                                                                            | Poissons et produits à base de poissons                                                                         |
| Sauce aux agrumes                                | Citron, Crème fraîche, Cumin, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Orange, Poivre, Sel fin, Sucre semoule | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                   |
| Accompagnement                                   |                                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Pommes de terre vapeur                           | Margarine, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                                       |                                                                                                                 |
| Haricots verts sautés                            | Haricot vert, Margarine, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                                   |                                                                                                                 |
| Fromage                                          |                                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Assortiments de fromages                         | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                                 | Lait et produits à base de lait                                                                                 |

| Dessert                |                              |                                 |
|------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Fruits de saison       | Banane, Orange, Poire, Pomme |                                 |
| Flan nappé au caramel  | Flan nappé/lait gélifié      | Lait et produits à base de lait |
| Yaourt aromatisé LOCAL | Yaourt aromatisé             | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Self

Mardi 1 Décembre

| Recettes                 | Ingrédients                                                                                                                                                              | Allergènes                                                                                                                                                  |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |
| Velouté de légumes verts | Carotte, Céleri, Crème fraîche, Eau de ville, Margarine, Navet, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                           | Céleri et produits à base de céleri, Lait et produits à base de lait                                                                                        |
| Coleslaw purple          | Carotte, Chou rouge, Ciboulette, Échalote, Fromage blanc, Mayonnaise, Moutarde, Poivre, Sel fin, Vinaigre de vin                                                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Plat principal           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |
| Bœuf façon bourguignon   | Ail, Carotte, Champignon de Paris, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Lardons, Laurier, Margarine, Oignon, Poivre, Sauté de Boeuf, Sel fin, Thym, Vin rouge sans alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten                                                |
| Omelette                 | Huile, Lait de vache, Oeuf liquide entier, Poivre, Sel fin                                                                                                               | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                                           |
| Accompagnement           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |
| Riz pilaf                | Eau de ville, Huile, Laurier, Oignon, Poivre blanc, Riz long, Sel fin, Thym                                                                                              |                                                                                                                                                             |
| Petits pois au jus       | Ail, Herbes de provence, Margarine, Oignon, Petit pois, Poivre, Sel fin, Thym                                                                                            |                                                                                                                                                             |
| Fromage                  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |
| Assortiments de fromages | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                                                                                   | Lait et produits à base de lait                                                                                                                             |

| Dessert           |                              |                                                                                              |
|-------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fruits de saison  | Banane, Orange, Poire, Pomme |                                                                                              |
| Compote de fruits | Compote, Compote bi-goût     |                                                                                              |
| Donut             | Donut                        | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Soja et produits en contenant |

# Notre dame des oiseaux Self

Jeudi 3 Décembre

| Recettes                            | Ingrédients                                                                                                                    | Allergènes                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                             |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| Céleri rave sauce rémoulade         | Céleri, Jus de fruits, Mayonnaise, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin                                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Bouillon de légumes aux vermicelles | Ail, Carotte, Céleri, Eau de ville, Huile, Laurier, Navet, Oignon, Poireau, Poivre, Sel fin, Thym, Vermicelles                 | Céleri et produits à base de céleri, Céréales contenant du gluten                                                                                               |
| Plat principal                      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| Coquillettes HVE                    | Coquillettes, Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin                                                                             | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                    |
| Bolognaise de pois BIO              | Ail, Carotte, Cumin, Curcuma, Haché végétal, Laurier, Margarine, Oignon, Paprika, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Thym, Tomate |                                                                                                                                                                 |
| Coquillettes HVE                    | Coquillettes, Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin                                                                             | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                    |
| Sauce aux 3 fromages                | Bleu, Chèvre, Farine de blé, Huile, Lait de vache, Mozzarella, Muscade, Poivre, Sel fin                                        | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                                   |
| Accompagnement                      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| Panais en persillade                | Ail, Huile, Oignon, Panais, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Fromage                             |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| Laitage                             | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                                                          | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                 |

| Dessert           |                                                                                                                                 |                                                                                                 |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cake aux poires   | Arôme, Farine de blé, Lait de vache, Levure chimique/Bicarbonate, Margarine, Oeuf liquide entier, Poire, Sel fin, Sucre semoule | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Fruits de saison  | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                                    |                                                                                                 |
| Compote de fruits | Compote, Compote bi-goût                                                                                                        |                                                                                                 |

# Notre dame des oiseaux Self

Vendredi 4 Décembre

| Recettes                          | Ingrédients                                                                                                                                     | Allergènes                                                                                                                                              |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                           |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |
| Salade de carottes à la marocaine | Ail, Carotte, Coriandre fraîche, Cumin, Eau de ville, Huile, Moutarde, Persil, Poivre, Sel fin, Vinaigre de vin                                 | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                |
| Vinaigrette                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                |
| Salade mexicaine                  | Coriandre fraîche, Eau de ville, Haricot rouge, Huile, Maïs, Moutarde, Oignon, Persil plat, Poivre, Poivron, Sel fin, Tomate, Vinaigre d'alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                |
| Vinaigrette                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                |
| Plat principal                    |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |
| Calamars à la romaine             | Beignet de calamars                                                                                                                             | Céréales contenant du gluten, Mollusques et produits à base de mollusques                                                                               |
| Sauce tartare                     | Cerfeuil, Ciboulette, Cornichon, Échalote, Estragon, Mayonnaise, Poivre blanc, Sel fin                                                          | Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                                                              |
| Escalope de porc                  | Escalope de porc, Huile, Poivre blanc, Sel fin                                                                                                  |                                                                                                                                                         |
| sauce Dijonnaise                  | Ail, Carotte, Crème fraîche, Eau de ville, Farine de blé, Margarine, Moutarde, Oignon, Poivre blanc, Sel fin                                    | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Moutarde |
| Accompagnement                    |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |

|                                         |                                                                                 |                                 |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Purée de potiron                        | Courge potiron, Lait de vache, Margarine, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin | Lait et produits à base de lait |
| Pommes de terre au four                 | Ail, Herbes de provence, Huile, Poivre, Pomme de terre, Sel fin                 |                                 |
| Fromage                                 |                                                                                 |                                 |
| Assortiments de fromages                | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                          | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                                 |                                                                                 |                                 |
| Fruits de saison                        | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                    |                                 |
| Mousse au chocolat                      | Mousse sucrée                                                                   | Lait et produits à base de lait |
| Fromage blanc à la confiture de fraises | Confiture, Fromage blanc                                                        | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Self

Lundi 7 Décembre

| Recettes                         | Ingrédients                                                                                                        | Allergènes                                                                                                                                            |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                          |                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |
| Potage de légumes                | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                           |                                                                                                                                                       |
| Friand au fromage                | Friand et feuilleté                                                                                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                         |
| Plat principal                   |                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |
| Cuisse de poulet rôti aux herbes | Cuisse de poulet, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                               |                                                                                                                                                       |
| Sauce tex mex                    | Ail, Cumin, Échalote, Huile, Ketchup, Miel, Moutarde, Paprika, Piment, Poivre, Sauce Soja, Sel fin, Vinaigre blanc | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Moutarde, Soja et produits en contenant |
| Filet de lieu MSC                | Colin, Huile, Jus de fruits, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                           | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons                               |
| Sauce à l'échalote               | Crème fraîche, Eau de ville, Échalote, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre blanc, Sel fin                      | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                         |
| Accompagnement                   |                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |
| Frites                           | Frites, Sel fin                                                                                                    |                                                                                                                                                       |
| Choux-fleurs rôti                | Chou fleur, Margarine, Poivre, Sel fin, Thym                                                                       |                                                                                                                                                       |
| Fromage                          |                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |

|                          |                                        |                                 |
|--------------------------|----------------------------------------|---------------------------------|
| Assortiments de fromages | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                  |                                        |                                 |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme           |                                 |
| Compote de pommes        | Compote                                |                                 |
| Liégeois à la vanille    | Liégeois                               | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Self

Mardi 8 Décembre

| Recettes                           | Ingrédients                                                                                                            | Allergènes                                                                                                                                                      |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                            |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                 |
| Céleri rave sauce rémoulade        | Céleri, Jus de fruits, Mayonnaise, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Pomelos rose                       | Pomelos                                                                                                                |                                                                                                                                                                 |
| Plat principal                     |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                 |
| Sauté de porc                      | Farine de blé, Huile, Poivre, Sauté de porc, Sel fin                                                                   | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                    |
| Sauce caramel                      | Beurre doux, Eau de ville, Jus de fruits, Sucre semoule                                                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait                                                 |
| Filet de colin MSC                 | Colin, Huile, Jus de fruits, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                               | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons                                         |
| Sauce nantua                       | Bisque de homard, Carotte, Crème fraîche, Échalion, Farine de blé, Lait de vache, Margarine, Poivre, Sel fin, Tomate   | Crustacés et produits à base de crustacés, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                        |
| Accompagnement                     |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                 |
| Nouille de riz                     | Huile, Nouille de riz, Poivre, Sel fin                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Poêlée asiatique de pépinettes BIO | Chou Chinois, Gingembre, Haricot mungo germé, Huile, Oignon, Paprika, Pépinettes, Poivre, Poivron, Sauce Soja, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Graines de sésame et produits à base de graines de sésame, Soja et produits en contenant                                          |

| Fromage                  |                                        |                                 |
|--------------------------|----------------------------------------|---------------------------------|
| Assortiments de fromages | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                  |                                        |                                 |
| Pot de glace             | Petit pot glacé                        | Lait et produits à base de lait |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme           |                                 |
| Yaourt aux fruits        | Yaourt aux fruits                      | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Self

Jeudi 10 Décembre

| Recettes                                          | Ingrédients                                                                                                                                                                                   | Allergènes                                                                                                      |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                           |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Endives à la mimolette                            | Concentré de fruit, Endive, Mimolette, Poivre, Sel fin                                                                                                                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait |
| Vinaigrette                                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                                                                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                        |
| Macédoine de légumes au fromage blanc et au curry | Ciboulette, Curry, Fromage blanc, Macédoine de légumes, Poivre, Sel fin                                                                                                                       | Lait et produits à base de lait                                                                                 |
| Vinaigrette                                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                                                                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                        |
| Plat principal                                    |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| lasagnes aux légumes d'hiver                      | Ail, Carotte, Céleri, Curry, Eau de ville, Farine de blé, Fromage, Lait de vache, Lasagnes à garnir, Margarine, Muscade, Oignon, Paprika, Persil plat, Poireau, Poivre blanc, Sel fin, Tomate | Céleri et produits à base de céleri, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait              |
| Falafels                                          | Falafels                                                                                                                                                                                      | Céréales contenant du gluten                                                                                    |
| Sauce blanche                                     | Ail, Ciboulette, Fromage blanc, Jus de fruits, Poivre, Sel fin                                                                                                                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait |
| Accompagnement                                    |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Brocolis à l'ail                                  | Ail, Brocoli, Margarine, Poivre, Sel fin                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| Pennas HVE                                        | Huile, Penne, Sel gros                                                                                                                                                                        | Céréales contenant du gluten                                                                                    |

| Fromage                  |                                                          |                                                                   |
|--------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Assortiments de fromages | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                   | Lait et produits à base de lait                                   |
| Dessert                  |                                                          |                                                                   |
| Crème aux œufs du chef   | Arôme, Lait de vache, Oeuf liquide entier, Sucre semoule | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme                             |                                                                   |
| Suisse aromatisé         | Fromage blanc                                            | Lait et produits à base de lait                                   |

# Notre dame des oiseaux Self

Vendredi 11 Décembre

| Recettes                               | Ingrédients                                                                            | Allergènes                                                                                                              |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Pâté de campagne                       | Pâté de campagne                                                                       | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                           |
| Cornichons                             | Cornichon                                                                              | Moutarde                                                                                                                |
| Potage aux poireaux et pommes de terre | Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin        |                                                                                                                         |
| Plat principal                         |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Filet de merlu MSC                     | Concentré de fruit, Huile, Merlu, Poivre, Sel fin, Thym                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons |
| Sauce tartare                          | Cerfeuil, Ciboulette, Cornichon, Échalote, Estragon, Mayonnaise, Poivre blanc, Sel fin | Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                              |
| Escalope de dinde                      | Escalope de dinde, Huile, Poivre blanc, Sel fin                                        |                                                                                                                         |
| Sauce cajun                            | Ail, Crème fraîche, Cumin, Oignon, Paprika, Piment, Poivre, Sel fin                    | Lait et produits à base de lait                                                                                         |
| Accompagnement                         |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Semoule HVE                            | Eau de ville, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Semoule de blé                             | Céréales contenant du gluten                                                                                            |
| Épinards                               | Epinard, Margarine, Poivre blanc, Sel fin                                              |                                                                                                                         |

|                          |                                                                  |                                                                                |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Fromage                  |                                                                  |                                                                                |
| Laitage                  | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                            | Lait et produits à base de lait                                                |
| Dessert                  |                                                                  |                                                                                |
| Salade de fruits du chef | Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme                                     |                                                                                |
| Yaourt aromatisé         | Yaourt aromatisé                                                 | Lait et produits à base de lait                                                |

# Notre dame des oiseaux Self

Lundi 14 Décembre

| Recettes                             | Ingrédients                                                                                                                       | Allergènes                                                                                                          |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                              |                                                                                                                                   |                                                                                                                     |
| Crêpe aux champignons                | Crêpe salée garnie                                                                                                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                     |
| Céleri rave râpé                     | Céleri, Concentré de fruit                                                                                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri |
| Vinaigrette                          | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                           | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                            |
| Plat principal                       |                                                                                                                                   |                                                                                                                     |
| Nuggets végétariens                  | Nugget végétal                                                                                                                    | Céréales contenant du gluten                                                                                        |
| Sauce barbecue                       | Cumin, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Ketchup, Margarine, Miel, Oignon, Paprika, Poivre, Sel fin, Tabasco, Vinaigre d'alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten        |
| Quiche au fromage feuilletée du chef | Cheddar, Crème fraîche, Emmental, Fromage, Lait de vache, Muscade, Oeuf liquide entier, Pâte feuilletée, Poivre, Sel fin          | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                     |
| Accompagnement                       |                                                                                                                                   |                                                                                                                     |
| Brocolis gratinés                    | Brocoli, Fromage, Margarine, Poivre blanc, Sel fin                                                                                | Lait et produits à base de lait                                                                                     |
| Boulgour                             | Boulgour, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poivre, Sel fin                                                                        | Céréales contenant du gluten                                                                                        |

| Fromage                  |                                        |                                                               |
|--------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Assortiments de fromages | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire | Lait et produits à base de lait                               |
| Dessert                  |                                        |                                                               |
| Semoule au lait          | Semoule au lait                        | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme           |                                                               |
| Yaourt aromatisé         | Yaourt aromatisé                       | Lait et produits à base de lait                               |

# Notre dame des oiseaux Self

Mardi 15 Décembre

| Recettes                  | Ingrédients                                                                                                                                                        | Allergènes                                                                                                                                                                             |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                   |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |
| Potage de légumes         | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                                           |                                                                                                                                                                                        |
| Salade de lentilles       | Eau de ville, Huile, Lentille blonde, Moutarde, Oignon, Persil plat, Poivre, Sel fin, Vinaigre blanc                                                               | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                               |
| Vinaigrette               | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                                            | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                               |
| Plat principal            |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |
| Hachis Parmentier du chef | Ail, Boeuf Haché, Carotte, Chapelure, Eau de ville, Huile, Lait de vache, Laurier, Margarine, Muscade, Oignon, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin, Thym, Tomate | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                                                          |
| Parmentier de colin MSC   | Ail, Chapelure, Ciboulette, Colin, Crème fraîche, Eau de ville, Échalote, Huile, Jus de fruits, Persil plat, Poivre blanc, Purée PDT granulé, Sel fin              | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Poissons et produits à base de poissons |
| Accompagnement            |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |
| Salade verte              | Salade batavia                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                        |
| Vinaigrette               | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                                            | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                                                                               |
| Fromage                   |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |

|                            |                                       |                                                                   |
|----------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Laitage                    | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré | Lait et produits à base de lait                                   |
| Dessert                    |                                       |                                                                   |
| Fruits de saison           | Banane, Orange, Poire, Pomme          |                                                                   |
| Flan au caramel            | Flan nappé/lait gélifié               | Lait et produits à base de lait                                   |
| Banane à la crème anglaise | Banane, Crème anglaise                | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |

# Notre dame des oiseaux Self

Jeudi 17 Décembre

| Recettes                        | Ingrédients                                                                            | Allergènes                                                                                                                |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                         |                                                                                        |                                                                                                                           |
| Mousse de canard et cornichon   | Cornichon, Mousse de foie de canard, Persil plat                                       | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Moutarde                                                   |
| Toasts                          | Pain de mie                                                                            | Céréales contenant du gluten                                                                                              |
| Batavia à l'avocat et crevettes | Avocat, Crevette/Gambas, Échalion, Jus de fruits, Salade batavia                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Crustacés et produits à base de crustacés |
| Vinaigrette                     | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                                  |
| Plat principal                  |                                                                                        |                                                                                                                           |
| Suprême de poulet               | Huile, Margarine, Poivre, Sel fin, Suprême de poulet                                   |                                                                                                                           |
| Sauce aux marrons               | Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Margarine, Marron et chataîgne, Poivre, Sel fin | Lait et produits à base de lait                                                                                           |
| Filet de saumon rôti            | Concentré de fruit, Herbes de provence, Huile, Poivre, Saumon, Sel fin                 | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons   |
| Sauce beurre blanc              | Beurre doux, Concentré de fruit, Eau de ville, Échalion, Poivre blanc, Sel fin         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait           |
| Accompagnement                  |                                                                                        |                                                                                                                           |
| Pommes noisettes                | Pommes noisette                                                                        |                                                                                                                           |

|                               |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Haricots verts                | Haricot vert, Margarine, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                                                               |                                                                                                                                |
| Fromage                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Assortiments de fromages      | Brie, Comté, Mimolette, Saint Nectaire                                                                                                             | Lait et produits à base de lait                                                                                                |
| Dessert                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Bûche de Noël aux 3 chocolats | Beurre doux, Chocolat au lait, Chocolat blanc, Chocolat noir, Crème fraîche, Eau de ville, Gélatine, Génoise feuille, Lait de vache, Sucre semoule | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs, Soja et produits en contenant |
| Clémentine                    | Clémentine                                                                                                                                         |                                                                                                                                |
| Salade de fruits du chef      | Banane, Clémentine, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi                                                                                             | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l                                                 |

# Notre dame des oiseaux Self

Vendredi 18 Décembre

| Recettes | Ingrédients                           | Allergènes                      |
|----------|---------------------------------------|---------------------------------|
|          | Fromage                               |                                 |
| Laitage  | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Lundi 2 Novembre

| Recettes           | Ingrédients                                                                                     | Allergènes                                                    |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Entrées            |                                                                                                 |                                                               |
| Œuf dur mayonnaise | Mayonnaise, Oeuf dur, Paprika                                                                   | Oeufs et produits à base d'oeufs                              |
| Plat principal     |                                                                                                 |                                                               |
| Macaronis HVE      | Huile, Macaronis, Poivre, Sel fin                                                               | Céréales contenant du gluten                                  |
| Sauce Carbonara    | Crème fraîche, Farine de blé, Lait de vache, Lardons, Margarine, Muscade, Poivre blanc, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait |
| Accompagnement     |                                                                                                 |                                                               |
| Macaronis HVE      | Huile, Macaronis, Poivre, Sel fin                                                               | Céréales contenant du gluten                                  |
| Fromage            |                                                                                                 |                                                               |
| Fromage            | Brie                                                                                            | Lait et produits à base de lait                               |
| Dessert            |                                                                                                 |                                                               |
| Compote de pommes  | Compote                                                                                         |                                                               |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Mardi 3 Novembre

| Recettes              | Ingrédients                                                                                        | Allergènes                                                    |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Entrées               |                                                                                                    |                                                               |
| Friand au fromage     | Friand et feuilleté                                                                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait |
| Plat principal        |                                                                                                    |                                                               |
| Emincé de pois et blé | Emincé végétal, Margarine, Poivre, Sel fin                                                         | Céréales contenant du gluten                                  |
| Sauce curry           | Ail, Crème fraîche, Curry, Eau de ville, Échalote, Farine de blé, Margarine, Poivre blanc, Sel fin | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait |
| Accompagnement        |                                                                                                    |                                                               |
| Riz créole            | Eau de ville, Margarine, Poivre blanc, Riz long, Sel fin                                           |                                                               |
| Fromage               |                                                                                                    |                                                               |
| Laitage               | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                              | Lait et produits à base de lait                               |
| Dessert               |                                                                                                    |                                                               |
| Fruits de saison      | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                       |                                                               |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Jeudi 5 Novembre

| Recettes                                        | Ingrédients                                                                                                               | Allergènes                                                                                      |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                         |                                                                                                                           |                                                                                                 |
| Potage de légumes                               | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                  |                                                                                                 |
| Plat principal                                  |                                                                                                                           |                                                                                                 |
| Cordon bleu de dinde                            | Cordon bleu à la volaille                                                                                                 | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                   |
| Sauce Napolitaine                               | Ail, Basilic, Carotte, Cumin, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Oignon, Paprika, Poivre blanc, Poivron, Sel fin, Tomate | Céréales contenant du gluten                                                                    |
| Accompagnement                                  |                                                                                                                           |                                                                                                 |
| Carottes braisées                               | Ail, Carotte, Laurier, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                     |                                                                                                 |
| Fromage                                         |                                                                                                                           |                                                                                                 |
| Fromage                                         | Brie                                                                                                                      | Lait et produits à base de lait                                                                 |
| Dessert                                         |                                                                                                                           |                                                                                                 |
| Mille feuille de génoise et confiture de fraise | Confiture, Génoise feuille                                                                                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Vendredi 6 Novembre

| Recettes                                  | Ingrédients                                                                                                | Allergènes                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                   |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Salade de coquillettes HVE sauce cocktail | Coquillettes, Eau de ville, Ketchup, Mayonnaise, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin                        | Céréales contenant du gluten, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                                |
| Plat principal                            |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Filet de merlu MSC                        | Concentré de fruit, Huile, Merlu, Poivre, Sel fin, Thym                                                    | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons                       |
| Sauce au citron                           | Concentré de fruit, Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Poivre blanc, Sel fin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait |
| Accompagnement                            |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Brocolis                                  | Brocoli, Huile, Poivre blanc, Sel fin                                                                      |                                                                                                                                               |
| Fromage                                   |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Fromage                                   | Brie                                                                                                       | Lait et produits à base de lait                                                                                                               |
| Dessert                                   |                                                                                                            |                                                                                                                                               |
| Fruits de saison                          | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                               |                                                                                                                                               |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Lundi 9 Novembre

| Recettes                                | Ingrédients                                                                                                            | Allergènes                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                 |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
| Rillettes de sardines sur toast         | Concentré de fruit, Fromage blanc, Mayonnaise, Pain de mie, Persil plat, Poivre blanc, Sardines à l'huile, Sel fin     | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs, Poissons et produits à base de poissons |
| Plat principal                          |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
| Ravioli à la sauce tomate               | Ail, Basilic, Carotte, Huile, Oignon, Origan/Marjolaine, pâtes farcies carnées, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Tomate | Céréales contenant du gluten, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                                                                                                           |
| Fromage                                 |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
| Laitage                                 | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                                                  | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                                                          |
| Dessert                                 |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |
| Fromage blanc à la confiture de fraises | Confiture, Fromage blanc                                                                                               | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                                                          |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Mardi 10 Novembre

| Recettes                  | Ingrédients                                                                                            | Allergènes                                                                                                      |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                   |                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Petits pois à la feta AOP | Feta, Huile, Jus de fruits, Menthe, Petit pois, Poivre blanc, Sel fin                                  | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait |
| Plat principal            |                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Rôti de dinde             | Ail, Huile, Laurier, Margarine, Poivre blanc, Rôti de dinde, Sel fin, Thym                             |                                                                                                                 |
| Jus lié viande            | Ail, Carotte, Eau de ville, Farine de blé, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool | Céréales contenant du gluten                                                                                    |
| Accompagnement            |                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Coeur de blé              | Eau de ville, Grains de blé, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin                                  | Céréales contenant du gluten                                                                                    |
| Fromage                   |                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Laitage                   | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                                  | Lait et produits à base de lait                                                                                 |
| Dessert                   |                                                                                                        |                                                                                                                 |
| Fruits de saison          | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                           |                                                                                                                 |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Jeudi 12 Novembre

| Recettes                            | Ingrédients                                                                                                                       | Allergènes                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                             |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
| Velouté de potiron au curry         | Ail, Courge potiron, Crème fraîche, Curry, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poivre, Pomme de terre, Sel fin                       | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                 |
| Plat principal                      |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
| Parmentier de lentilles à la tomate | Ail, Chapelure, Huile, Lentille verte, Oignon, Poivre, Pomme de terre, Sel fin, Tomate                                            | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                                    |
| Accompagnement                      |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
| Choux-fleurs à la crème             | Chou fleur, Crème fraîche, Huile, Poivre blanc, Sel fin                                                                           | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                 |
| Fromage                             |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
| Fromage                             | Brie                                                                                                                              | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                 |
| Dessert                             |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
| Cake vanille du chef                | Arôme, Beurre doux, Farine de blé, Huile, Lait de vache, Levure chimique/Bicarbonate, Oeuf liquide entier, Sel fin, Sucre semoule | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Vendredi 13 Novembre

| Recettes                                    | Ingrédients                                                                                                         | Allergènes                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                     |                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |
| Salade laitue, poulet, Emmental et croûtons | Croûton, Emincé de poulet, Emmental, Salade laitue                                                                  | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                            |
| Sauce caesar (parmesan AOP)                 | Ail, Anchois, Crème fraîche, Eau de ville, Huile, Jus de fruits, Parmesan, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre de Xérès | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait, Poissons et produits à base de poissons |
| Plat principal                              |                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |
| Filet de colin MSC                          | Colin, Huile, Jus de fruits, Poivre blanc, Sel fin, Thym                                                            | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons                                  |
| Sauce au citron                             | Concentré de fruit, Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Farine de blé, Margarine, Poivre blanc, Sel fin          | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait            |
| Accompagnement                              |                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |
| Gratin d'épinard                            | Epinard, Farine de blé, Lait de vache, Margarine, Mozzarella, Muscade, Poivre, Sel fin                              | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                                                            |
| Fromage                                     |                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |
| Fromage                                     | Brie                                                                                                                | Lait et produits à base de lait                                                                                                                          |
| Dessert                                     |                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |
| Fruits de saison                            | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                        |                                                                                                                                                          |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Lundi 16 Novembre

| Recettes                       | Ingrédients                                                                                                    | Allergènes                                                                               |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                        |                                                                                                                |                                                                                          |
| Chou blanc aux pommes          | Chou blanc, Jus de fruits, Persil plat, Poivre blanc, Pomme, Sel fin                                           | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l           |
| Vinaigrette                    | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Plat principal                 |                                                                                                                |                                                                                          |
| Rougail à la saucisse végétale | Ail, Cumin, Curcuma, Eau de ville, Gingembre, Huile, Oignon, Paprika, Poivre, Rouleau végétal, Sel fin, Tomate | Céréales contenant du gluten, Moutarde                                                   |
| Accompagnement                 |                                                                                                                |                                                                                          |
| Petits pois aux oignons        | Laurier, Margarine, Oignon, Petit pois, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Thym                                   |                                                                                          |
| Fromage                        |                                                                                                                |                                                                                          |
| Fromage                        | Brie                                                                                                           | Lait et produits à base de lait                                                          |
| Dessert                        |                                                                                                                |                                                                                          |
| Fruits de saison               | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                   |                                                                                          |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Mardi 17 Novembre

| Recettes                         | Ingrédients                                                                                   | Allergènes                                                                                              |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                          |                                                                                               |                                                                                                         |
| Wrap de thon aux carottes râpées | Basilic, Carotte, Mayonnaise, Poivre, Salade batavia, Sel fin, Thon au naturel, Tortilla/Wrap | Céréales contenant du gluten, Oeufs et produits à base d'oeufs, Poissons et produits à base de poissons |
| Plat principal                   |                                                                                               |                                                                                                         |
| Jambon braisé                    | Jambon à griller                                                                              |                                                                                                         |
| Jus lié thym et citron           | Carotte, Citron, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Margarine, Oignon, Poivre, Sel fin, Thym | Céréales contenant du gluten                                                                            |
| Accompagnement                   |                                                                                               |                                                                                                         |
| Poêlée de carottes et butternuts | Carotte, Courge butternut, Huile, Oignon, Poivre, Sel fin, Thym                               |                                                                                                         |
| Fromage                          |                                                                                               |                                                                                                         |
| Fromage                          | Brie                                                                                          | Lait et produits à base de lait                                                                         |
| Dessert                          |                                                                                               |                                                                                                         |
| Crème dessert au chocolat        | Crème dessert                                                                                 | Lait et produits à base de lait                                                                         |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Jeudi 19 Novembre

| Recettes                         | Ingrédients                                                                                   | Allergènes                                                                                                   |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                          |                                                                                               |                                                                                                              |
| Carottes Locales râpées          | Carotte                                                                                       |                                                                                                              |
| Vinaigrette                      | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                     |
| Plat principal                   |                                                                                               |                                                                                                              |
| Pot au feu                       | Ail, Carotte, Céleri, Huile, Navet, Oignon, Paleron, Poireau, Poivre, Pomme de terre, Sel fin | Céleri et produits à base de céleri                                                                          |
| Accompagnement                   |                                                                                               |                                                                                                              |
| Poêlée de carottes et butternuts | Carotte, Courge butternut, Huile, Oignon, Poivre, Sel fin, Thym                               |                                                                                                              |
| Fromage                          |                                                                                               |                                                                                                              |
| Laitage                          | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                         | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Dessert                          |                                                                                               |                                                                                                              |
| Tarte fine aux pommes            | Cannelle, Compote, Confiture, Jus de fruits, Pâte feuilletée, Pomme                           | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Vendredi 20 Novembre

| Recettes                     | Ingrédients                                                                                                                                                                               | Allergènes                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                      |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Potage de légumes            | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Plat principal               |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Blanquette aux deux poissons | Ail, Carotte, Champignon de Paris, Colin, Crème fraîche, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Jus de fruits, Margarine, Moule, Oignon, Persil plat, Poireau, Poivre blanc, Saumon, Sel fin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Mollusques et produits à base de mollusques, Poissons et produits à base de poissons |
| Accompagnement               |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Coquillettes HVE             | Coquillettes, Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin                                                                                                                                        | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                                                                                        |
| Fromage                      |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Fromage                      | Brie                                                                                                                                                                                      | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                                                                                     |
| Dessert                      |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |
| Fruits de saison             | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                     |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Lundi 23 Novembre

| Recettes                                          | Ingrédients                                                             | Allergènes                      |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Entrées                                           |                                                                         |                                 |
| Macédoine de légumes au fromage blanc et au curry | Ciboulette, Curry, Fromage blanc, Macédoine de légumes, Poivre, Sel fin | Lait et produits à base de lait |
| Accompagnement                                    |                                                                         |                                 |
| Pommes de terre sautées                           | Pommes sautées                                                          |                                 |
| Fromage                                           |                                                                         |                                 |
| Fromage                                           | Brie                                                                    | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                                           |                                                                         |                                 |
| Fruits de saison                                  | Banane, Orange, Poire, Pomme                                            |                                 |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Mardi 24 Novembre

| Recettes               | Ingrédients                                                                                                                    | Allergènes                      |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Entrées                |                                                                                                                                |                                 |
| Potage de légumes      | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                       |                                 |
| Plat principal         |                                                                                                                                |                                 |
| Bolognaise de pois BIO | Ail, Carotte, Cumin, Curcuma, Haché végétal, Laurier, Margarine, Oignon, Paprika, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Thym, Tomate |                                 |
| Accompagnement         |                                                                                                                                |                                 |
| Coquillettes HVE       | Coquillettes, Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin                                                                             | Céréales contenant du gluten    |
| Fromage                |                                                                                                                                |                                 |
| Fromage                | Brie                                                                                                                           | Lait et produits à base de lait |
| Dessert                |                                                                                                                                |                                 |
| Yaourt aromatisé       | Yaourt aromatisé                                                                                                               | Lait et produits à base de lait |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Jeudi 26 Novembre

| Recettes                                | Ingrédients                                                                           | Allergènes                                                                                       |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                 |                                                                                       |                                                                                                  |
| Chiffonnade de salade verte et croûtons | Croûton, Salade laitue                                                                | Céréales contenant du gluten                                                                     |
| Vinaigrette                             | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool               | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde         |
| Plat principal                          |                                                                                       |                                                                                                  |
| Saucisse de Toulouse                    | Huile, Saucisse de Toulouse, Thym                                                     |                                                                                                  |
| Accompagnement                          |                                                                                       |                                                                                                  |
| Lentilles HVE                           | Ail, Huile, Laurier, Lentille verte, Oignon, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin, Thym |                                                                                                  |
| Fromage                                 |                                                                                       |                                                                                                  |
| Laitage                                 | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                 | Lait et produits à base de lait                                                                  |
| Dessert                                 |                                                                                       |                                                                                                  |
| Mousse au chocolat du chef              | Beurre doux, Blanc d'oeuf liquide, Chocolat noir, Sucre semoule                       | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs, Soja et produits en contenant |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Vendredi 27 Novembre

| Recettes                          | Ingrédients                                                                             | Allergènes                                                                               |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                           |                                                                                         |                                                                                          |
| Salade de riz et maïs             | Eau de ville, Huile, Maïs, Moutarde, Poivre blanc, Riz long, Sel fin, Vinaigre d'alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Vinaigrette                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                 | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Plat principal                    |                                                                                         |                                                                                          |
| Gratin de colin MSC à la normande | Colin, Crème fraîche, Margarine, Oignon, Poivre, Pomme, Sel fin                         | Lait et produits à base de lait, Poissons et produits à base de poissons                 |
| Accompagnement                    |                                                                                         |                                                                                          |
| Brocolis aux oignons              | Brocoli, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin                                       |                                                                                          |
| Fromage                           |                                                                                         |                                                                                          |
| Fromage                           | Brie                                                                                    | Lait et produits à base de lait                                                          |
| Dessert                           |                                                                                         |                                                                                          |
| Salade de fruits du chef          | Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l           |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Lundi 30 Novembre

| Recettes                                         | Ingrédients                                                                                             | Allergènes                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                                          |                                                                                                         |                                                                                                                 |
| Betteraves                                       | Betterave                                                                                               |                                                                                                                 |
| Vinaigrette                                      | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                 | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                        |
| Plat principal                                   |                                                                                                         |                                                                                                                 |
| Tartiflette (Reblochon AOP) aux lardons de dinde | Crème fraîche, Lardons, Oignon, Poivre blanc, Pomme de terre, Reblochon, Sel fin, Vin blanc sans alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait |
| Fromage                                          |                                                                                                         |                                                                                                                 |
| Fromage                                          | Brie                                                                                                    | Lait et produits à base de lait                                                                                 |
| Dessert                                          |                                                                                                         |                                                                                                                 |
| Fruits de saison                                 | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                            |                                                                                                                 |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Mardi 1 Décembre

| Recettes                 | Ingrédients                                                                                                                                                              | Allergènes                                                                                                   |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |
| Velouté de légumes verts | Carotte, Céleri, Crème fraîche, Eau de ville, Margarine, Navet, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                           | Céleri et produits à base de céleri, Lait et produits à base de lait                                         |
| Plat principal           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |
| Bœuf façon bourguignon   | Ail, Carotte, Champignon de Paris, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Lardons, Laurier, Margarine, Oignon, Poivre, Sauté de Boeuf, Sel fin, Thym, Vin rouge sans alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten |
| Accompagnement           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |
| Riz pilaf                | Eau de ville, Huile, Laurier, Oignon, Poivre blanc, Riz long, Sel fin, Thym                                                                                              |                                                                                                              |
| Fromage                  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |
| Fromage                  | Brie                                                                                                                                                                     | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Dessert                  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |
| Fruits de saison         | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                                                                             |                                                                                                              |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Jeudi 3 Décembre

| Recettes                    | Ingrédients                                                                                                                     | Allergènes                                                                                                                                                      |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                     |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Céleri rave sauce rémoulade | Céleri, Jus de fruits, Mayonnaise, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin                                                 | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Plat principal              |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Coquillettes HVE            | Coquillettes, Eau de ville, Huile, Poivre, Sel fin                                                                              | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                    |
| Bolognaise de pois BIO      | Ail, Carotte, Cumin, Curcuma, Haché végétal, Laurier, Margarine, Oignon, Paprika, Poivre, Sel fin, Sucre semoule, Thym, Tomate  |                                                                                                                                                                 |
| Fromage                     |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Laitage                     | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                                                           | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                 |
| Dessert                     |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Cake aux poires             | Arôme, Farine de blé, Lait de vache, Levure chimique/Bicarbonate, Margarine, Oeuf liquide entier, Poire, Sel fin, Sucre semoule | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                 |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Vendredi 4 Décembre

| Recettes                          | Ingrédients                                                                                                     | Allergènes                                                                               |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                           |                                                                                                                 |                                                                                          |
| Salade de carottes à la marocaine | Ail, Carotte, Coriandre fraîche, Cumin, Eau de ville, Huile, Moutarde, Persil, Poivre, Sel fin, Vinaigre de vin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Vinaigrette                       | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Plat principal                    |                                                                                                                 |                                                                                          |
| Calamars à la romaine             | Beignet de calamars                                                                                             | Céréales contenant du gluten, Mollusques et produits à base de mollusques                |
| Sauce tartare                     | Cerfeuil, Ciboulette, Cornichon, Échalote, Estragon, Mayonnaise, Poivre blanc, Sel fin                          | Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs                                               |
| Accompagnement                    |                                                                                                                 |                                                                                          |
| Purée de potiron                  | Courge potiron, Lait de vache, Margarine, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                 | Lait et produits à base de lait                                                          |
| Fromage                           |                                                                                                                 |                                                                                          |
| Fromage                           | Brie                                                                                                            | Lait et produits à base de lait                                                          |
| Dessert                           |                                                                                                                 |                                                                                          |
| Fruits de saison                  | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                    |                                                                                          |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Lundi 7 Décembre

| Recettes          | Ingrédients                                                                                            | Allergènes                      |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Entrées           |                                                                                                        |                                 |
| Potage de légumes | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin               |                                 |
| Plat principal    |                                                                                                        |                                 |
| Sauté de poulet   | Eau de ville, Farine de blé, Huile, Margarine, Poivre, Sauté de poulet, Sel fin                        | Céréales contenant du gluten    |
| Jus lié viande    | Ail, Carotte, Eau de ville, Farine de blé, Margarine, Oignon, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool | Céréales contenant du gluten    |
| Accompagnement    |                                                                                                        |                                 |
| Frites            | Frites, Sel fin                                                                                        |                                 |
| Fromage           |                                                                                                        |                                 |
| Fromage           | Brie                                                                                                   | Lait et produits à base de lait |
| Dessert           |                                                                                                        |                                 |
| Fruits de saison  | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                           |                                 |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Mardi 8 Décembre

| Recettes                    | Ingrédients                                                                     | Allergènes                                                                                                                                                      |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                     |                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Céleri rave sauce rémoulade | Céleri, Jus de fruits, Mayonnaise, Moutarde, Persil plat, Poivre blanc, Sel fin | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céleri et produits à base de céleri, Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs |
| Plat principal              |                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Sauté de porc               | Farine de blé, Huile, Poivre, Sauté de porc, Sel fin                            | Céréales contenant du gluten                                                                                                                                    |
| Sauce caramel               | Beurre doux, Eau de ville, Jus de fruits, Sucre semoule                         | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait                                                 |
| Accompagnement              |                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Nouille de riz              | Huile, Nouille de riz, Poivre, Sel fin                                          |                                                                                                                                                                 |
| Fromage                     |                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Fromage                     | Brie                                                                            | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                 |
| Dessert                     |                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
| Pot de glace                | Petit pot glacé                                                                 | Lait et produits à base de lait                                                                                                                                 |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Jeudi 10 Décembre

| Recettes                     | Ingrédients                                                                                                                                                                                   | Allergènes                                                                                                      |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                      |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Endives à la mimolette       | Concentré de fruit, Endive, Mimolette, Poivre, Sel fin                                                                                                                                        | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Lait et produits à base de lait |
| Vinaigrette                  | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                                                                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde                        |
| Plat principal               |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| lasagnes aux légumes d'hiver | Ail, Carotte, Céleri, Curry, Eau de ville, Farine de blé, Fromage, Lait de vache, Lasagnes à garnir, Margarine, Muscade, Oignon, Paprika, Persil plat, Poireau, Poivre blanc, Sel fin, Tomate | Céleri et produits à base de céleri, Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait              |
| Fromage                      |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Fromage                      | Brie                                                                                                                                                                                          | Lait et produits à base de lait                                                                                 |
| Dessert                      |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
| Crème aux œufs du chef       | Arôme, Lait de vache, Oeuf liquide entier, Sucre semoule                                                                                                                                      | Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs                                               |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Vendredi 11 Décembre

| Recettes                 | Ingrédients                                                                            | Allergènes                                                                                                              |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                  |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Pâté de campagne         | Pâté de campagne                                                                       | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                           |
| Cornichons               | Cornichon                                                                              | Moutarde                                                                                                                |
| Plat principal           |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Filet de merlu MSC       | Concentré de fruit, Huile, Merlu, Poivre, Sel fin, Thym                                | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Poissons et produits à base de poissons |
| Sauce tartare            | Cerfeuil, Ciboulette, Cornichon, Échalote, Estragon, Mayonnaise, Poivre blanc, Sel fin | Moutarde, Oeufs et produits à base d'oeufs                                                                              |
| Accompagnement           |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Semoule HVE              | Eau de ville, Huile, Poivre blanc, Sel fin, Semoule de blé                             | Céréales contenant du gluten                                                                                            |
| Fromage                  |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Laitage                  | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                  | Lait et produits à base de lait                                                                                         |
| Dessert                  |                                                                                        |                                                                                                                         |
| Salade de fruits du chef | Banane, Jus d'oranges, Jus de fruits, Kiwi, Orange, Poire, Pomme                       | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l                                          |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Lundi 14 Décembre

| Recettes              | Ingrédients                                                                                                                       | Allergènes                                                                                                   |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées               |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Crêpe aux champignons | Crêpe salée garnie                                                                                                                | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs              |
| Plat principal        |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Nuggets végétariens   | Nugget végétal                                                                                                                    | Céréales contenant du gluten                                                                                 |
| Sauce barbecue        | Cumin, Eau de ville, Farine de blé, Huile, Ketchup, Margarine, Miel, Oignon, Paprika, Poivre, Sel fin, Tabasco, Vinaigre d'alcool | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Céréales contenant du gluten |
| Accompagnement        |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Brocolis gratinés     | Brocoli, Fromage, Margarine, Poivre blanc, Sel fin                                                                                | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Fromage               |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Fromage               | Brie                                                                                                                              | Lait et produits à base de lait                                                                              |
| Dessert               |                                                                                                                                   |                                                                                                              |
| Semoule au lait       | Semoule au lait                                                                                                                   | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                                                |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Mardi 15 Décembre

| Recettes                  | Ingrédients                                                                                                                                                        | Allergènes                                                                               |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                   |                                                                                                                                                                    |                                                                                          |
| Potage de légumes         | Carotte, Eau de ville, Margarine, Oignon, Poireau, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin                                                                           |                                                                                          |
| Plat principal            |                                                                                                                                                                    |                                                                                          |
| Hachis Parmentier du chef | Ail, Boeuf Haché, Carotte, Chapelure, Eau de ville, Huile, Lait de vache, Laurier, Margarine, Muscade, Oignon, Poivre blanc, Pomme de terre, Sel fin, Thym, Tomate | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait                            |
| Accompagnement            |                                                                                                                                                                    |                                                                                          |
| Salade verte              | Salade batavia                                                                                                                                                     |                                                                                          |
| Vinaigrette               | Eau de ville, Huile, Moutarde, Poivre blanc, Sel fin, Vinaigre d'alcool                                                                                            | Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l, Moutarde |
| Fromage                   |                                                                                                                                                                    |                                                                                          |
| Laitage                   | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré                                                                                                                              | Lait et produits à base de lait                                                          |
| Dessert                   |                                                                                                                                                                    |                                                                                          |
| Fruits de saison          | Banane, Orange, Poire, Pomme                                                                                                                                       |                                                                                          |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Jeudi 17 Décembre

| Recettes                      | Ingrédients                                                                                                                                        | Allergènes                                                                                                                     |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Entrées                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Mousse de canard et cornichon | Cornichon, Mousse de foie de canard, Persil plat                                                                                                   | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Moutarde                                                        |
| Toasts                        | Pain de mie                                                                                                                                        | Céréales contenant du gluten                                                                                                   |
| Plat principal                |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Suprême de poulet             | Huile, Margarine, Poivre, Sel fin, Suprême de poulet                                                                                               |                                                                                                                                |
| Sauce aux marrons             | Crème fraîche, Eau de ville, Échalion, Margarine, Marron et chataîgne, Poivre, Sel fin                                                             | Lait et produits à base de lait                                                                                                |
| Accompagnement                |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Pommes noisettes              | Pommes noisette                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Fromage                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Fromage                       | Brie                                                                                                                                               | Lait et produits à base de lait                                                                                                |
| Dessert                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                |
| Bûche de Noël aux 3 chocolats | Beurre doux, Chocolat au lait, Chocolat blanc, Chocolat noir, Crème fraîche, Eau de ville, Gélatine, Génoise feuille, Lait de vache, Sucre semoule | Céréales contenant du gluten, Lait et produits à base de lait, Oeufs et produits à base d'oeufs, Soja et produits en contenant |

# Notre dame des oiseaux Maternelle

Vendredi 18 Décembre

| Recettes | Ingrédients                           | Allergènes                      |
|----------|---------------------------------------|---------------------------------|
|          | Fromage                               |                                 |
| Laitage  | Yaourt aromatisé, Yaourt nature sucré | Lait et produits à base de lait |