

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 3 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Concombres BIO au fromage blanc BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Concombre* (50 %), Fromage blanc nature* [lait pasteurisé*, ferments lactiques] (50 %)

Crème dessert chocolat

Allergènes : LAIT, SOJA

Poids Net : 125 g

Ingrédients : Crème dessert chocolat [lait écrémé, lactose et minéraux du lait, sucre, eau, sucre, E1404, crème, poudre de cacao maigre, pâte de cacao, E322, E407 et protéines de lait] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	98 KCal
	410 KJ
Lipides	1,3 g
- dont acides gras saturés	0,8 g
- dont sucres	18,3 g
Glucides	19,5 g
Protéines	2,1 g
SEL	0,11 g

Mousse au chocolat

Allergènes : LAIT

Poids Net : 54 g

Ingrédients : Mousse au chocolat [lait écrémé, lactose, minéraux du lait, sucre, poudre de cacao, huile de coprah, gélatine bovine, E472b, sirop de glucose, crème, E401, protéines de lait] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	136 KCal
	570 KJ
Lipides	5,2 g
- dont acides gras saturés	4,4 g
- dont sucres	17,5 g
Glucides	18,5 g
Protéines	3,9 g
SEL	0,15 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Support d'animation

Poids Net : 0 g

Ingrédients : (100 %)

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 4 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Pizza au fromage BIO

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Pizza fromage* [farine de blé*, eau, levure, sel, purée de tomates*, mozzarella*, emmental*, gorgonzola*, olives noires*, sucre de canne*, huile d'olive*, origan*, ail*, marjolaine*] (100 %)

Notre frittata aux légumes BIO

Allergènes : CELERI, LAIT, OEUFS

Poids Net : 82 g

Fabriqué le : 03/06/2024 A consommer jusqu'au : 08/06/2024

Ingrédients : Oeufs* (60 %), Julienne de légumes* [carotte*, courgette*, brocolis*, céleri rave*], Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], Huile de tournesol, Vinaigre d'alcool, Basilic, Farine de riz, Sel, Ail

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	205 KCal
	855 KJ
Lipides	15,758 g
- dont acides gras saturés	5,474 g
- dont sucres	0,844 g
Glucides	1,809 g
Protéines	13,898 g
SEL	0,765 g

Epinards BIO moulinés

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 03/06/2024 A consommer jusqu'au : 07/06/2024

Ingrédients : Epinards* (56 %), Eau, Crème fraîche épaisse* [crème de lait pasteurisée*, ferments lactiques], Flocon de pdt*, Sel, Muscade

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Pomme jaune BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Jeudi 6 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Pané au fromage

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 05/06/2024 A consommer jusqu'au : 10/06/2024

Ingrédients : Pané fromager [fromage blanc, emmental, fromages, mozzarella, farine de blé, levure, sel, dextrose, féculé de manioc, huile de coprah, eau, blanc d'oeuf, E410, E415] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	258 KCal 1078 KJ
Lipides	14 g
- dont acides gras saturés	9 g
- dont sucres	0,9 g
Glucides	16 g
Protéines	17 g
SEL	1,3 g

Saucisse de Francfort

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 05/06/2024 A consommer jusqu'au : 10/06/2024

Ingrédients : Saucisse de Francfort [Viande de porc, eau, gras de porc, sel, E326, E262, E330, fibre de carotte, dextrose, E450 et E451, arômes naturels, épices, E300 et E250, ferments] (100 %)

Purée de courgettes BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 05/06/2024 A consommer jusqu'au : 09/06/2024

Ingrédients : Eau (63 %), Courgettes*, Flocon de pdt*, Crème fraîche épaisse* [crème de lait pasteurisée*, ferments lactiques], Sel, Muscade

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	61 KCal 257 KJ
Lipides	1,967 g
- dont acides gras saturés	1,174 g
- dont sucres	0,839 g
Glucides	9,814 g
Protéines	1,125 g
SEL	0,498 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Bleu BIO à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 18 g

Ingrédients : Bleu* [lait, sel, ferments lactiques, ferments d'affinage, présure animale] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	349 KCal 1460 KJ
Lipides	29,763 g
- dont acides gras saturés	20,834 g
- dont sucres	0 g
Glucides	0,496 g
Protéines	19,842 g
SEL	1,687 g

Notre cake à la fève de tonka

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 56 g

Fabriqué le : 05/06/2024 A consommer jusqu'au : 10/06/2024

Ingrédients : Sucre, Farine de blé, Oeufs*, Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Huile de tournesol, , Bicarbonate de sodium, Feve de tonka

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	511 KCal 2137 KJ
Lipides	25,723 g
- dont acides gras saturés	7,421 g
- dont sucres	38,335 g
Glucides	61,792 g
Protéines	8,162 g
SEL	0,342 g

Ketchup

Poids Net : 10 g

Ingrédients : Ketchup [tomates, sucre, sirop de glucose-fructose, vinaigre, sel, E1403, arôme, épice] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	111 KCal 463 KJ
Lipides	0,18 g
- dont acides gras saturés	0,01 g
- dont sucres	23,35 g
Glucides	26,31 g
Protéines	0,97 g
SEL	3,15 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Vendredi 7 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Zarzuela de colin MSC, moules et crevettes

Allergènes : CRUSTACES, FRUITS A COQUE, MOLLUSQUES, POISSONS, SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 06/06/2024 A consommer jusqu'au : 10/06/2024

Ingrédients : Colin (51 %), Eau, Moules, Crevette décortiquée [crevettes, sel, E160c, E330, E331, E500], Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Oignons, Soupe de poisson [poissons, eau, concentré de tomate, oignons, sel, E1404, huile de colza, ail, épices, aromates], Farine de riz, Vinaigre de vin [vinaigre de vin rouge, E221], Huile de colza, 100% amandes en poudre, Ail, Persil plat, Paprika, Curcuma, Sel, Poivre noir, Herbes de Provence, Laurier

Semoule BIO

Allergènes : GLUTEN

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 06/06/2024 A consommer jusqu'au : 11/06/2024

Ingrédients : Eau (55 %), Semoule couscous* [Semoule de blé dur*] (37 %), Huile de tournesol, Huile d'olive vierge extra, Sel

Livarot AOP à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 18 g

Ingrédients : Petit livarot aop [lait pasteurisé, ferments lactiques, ferments d'affinage, présure animale, E160b] (100 %)

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	294 KCal
	1228 KJ
Lipides	21,829 g
- dont acides gras saturés	13,891 g
- dont sucres	0,496 g
Glucides	0,496 g
Protéines	23,813 g
SEL	1,588 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Banane BIO

Poids Net : 110 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

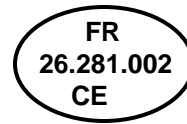
Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	81 KCal 338 KJ
Lipides	0,206 g
- dont acides gras saturés	0,056 g
- dont sucres	14,455 g
Glucides	18,636 g
Protéines	1,091 g
SEL	0,003 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 10 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Salade d'épeautre BIO au pesto rouge

Allergènes : GLUTEN, LAIT, SULFITES

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 07/06/2024 A consommer jusqu'au : 11/06/2024

Ingrédients : Epeautre* (59 %), Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Sel, Huile de colza, Basilic, Parmesan AOP [lait, sel, présure], Huile d'olive vierge extra, Jus de citron concentré [jus de citron reconstitué, E224], Ail, Sel, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	183 KCal
	763 KJ
Lipides	7,084 g
- dont acides gras saturés	1,29 g
- dont sucres	3,757 g
Glucides	24,459 g
Protéines	5,241 g
SEL	4,349 g

Colin MSC meunière et citron

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 70 g

Fabriqué le : 07/06/2024 A consommer jusqu'au : 12/06/2024

Ingrédients : Portion de colin MSC meunière [Fliets de colin msc 80%, huiles de tournesol et colza, farine de blé et maïs, eau, amidon modifié de maïs, gluten de blé, jus de citron vert, sel, arôme naturel de citron et autres arômes naturels, amidon de tapioca, dextrose, poivre, curcuma, paprika] (83 %), Fruit de saison

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	168 KCal
	700 KJ
Lipides	6,064 g
- dont acides gras saturés	0,662 g
- dont sucres	0,793 g
Glucides	13,061 g
Protéines	15,171 g
SEL	0,891 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Sauté de boeuf BIO au jus

Allergènes : GLUTEN

Poids Net : 70 g

Fabriqué le : 07/06/2024 A consommer jusqu'au : 12/06/2024

Ingrédients : Sauté de boeuf* (80 %), Eau, Oignons, Carottes, Jus de veau [fécule de pdt, sel, farine de blé, extrait de levure, arôme naturel de vin blanc, tomate, veau, graisse de poulet, oignon, huile de colza, extrait de malt d'orge, E412, E415, laurier, romarin, thym, ail, extrait de romarin], Farine de riz, Sel, Huile de colza, Herbes de Provence, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	405 KCal 1693 KJ
Lipides	29,239 g
- dont acides gras saturés	11,916 g
- dont sucres	0,351 g
Glucides	1,308 g
Protéines	34,177 g
SEL	0,901 g

Petits pois carottes BIO

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 07/06/2024 A consommer jusqu'au : 12/06/2024

Ingrédients : Petits pois* (76 %), Eau, Oignons, Carottes*, Carottes, Farine de riz, Sel, Herbes de Provence, Ail, Huile de colza, Laurier, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	56 KCal 236 KJ
Lipides	0,716 g
- dont acides gras saturés	0,055 g
- dont sucres	3,532 g
Glucides	8,182 g
Protéines	4,292 g
SEL	1,331 g

Pomme bicolore BIO

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	48 KCal 200 KJ
Lipides	0,162 g
- dont acides gras saturés	0,039 g
- dont sucres	11,3 g
Glucides	11,3 g
Protéines	0,31 g
SEL	0,005 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 11 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Dahl de lentilles

Allergènes : SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 10/06/2024 A consommer jusqu'au : 15/06/2024

Ingrédients : Eau (45 %), Lentilles vertes, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Carottes, Purée de tomates [tomates], Oignons, Farine de riz, Huile de tournesol, Sucre, Sel, Ail, Curry, Paprika, Gingembre, Cumin, Curcuma

Riz de Camargue IGP BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 10/06/2024 A consommer jusqu'au : 15/06/2024

Ingrédients : Riz de camargue long étuvé* (82 %), Huile de colza, Beurre, Sel, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	179 KCal
	749 KJ
Lipides	6,082 g
- dont acides gras saturés	1,682 g
- dont sucres	0,12 g
Glucides	28,476 g
Protéines	2,645 g
SEL	1,498 g

Saint marcellin IGP à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Saint marcellin igp [lait thermisé, sel, ferments lactiques, présure] (100 %)

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Purée de pommes abricots BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Purée pomme abricot* [pommes*, abricot*, E300] (100 %)

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

DEJEUNER PRIMAIRE du Jeudi 13 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Rillettes de porc

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Rillettes [viande de porc, gras de porc, sel, poivre] (100 %)

Rillettes de thon MSC

Allergènes : GLUTEN, LAIT, POISSONS, SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 12/06/2024 A consommer jusqu'au : 16/06/2024

Ingrédients : Thon au naturel msc [thon, eau, sel] (59 %), Fromage blanc nature [lait de vache entier pasteurisé, présure, ferments lactiques] (33 %), Ciboulette CE2, Oignons, Jus de citron concentré [jus de citron reconstitué, E224], Chapelure [farine de blé, levure, sel], Sel, Poivre noir

Sauce arrabiata BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 12/06/2024 A consommer jusqu'au : 17/06/2024

Ingrédients : Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de maïs*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*] (53 %), Eau, Huile d'olive vierge extra, Parmesan AOP [lait, sel, présure], Farine de riz, Basilic, Persil plat, Ail, Sucre, Paprika, Piment doux, Sel

Tortis BIO

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 12/06/2024 A consommer jusqu'au : 17/06/2024

Ingrédients : Eau (74 %), Pâte torti* [semoule de blé dur*], Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], Huile de colza, Beurre, Sel, Sel, Poivre noir

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Cerises

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Fruit de saison (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	65 KCal 270 KJ
Lipides	0,3 g
- dont acides gras saturés	0,043 g
- dont sucres	12,4 g
Glucides	14,2 g
Protéines	1,3 g
SEL	0,013 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Vendredi 14 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Salade grecque vinaigrette BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Tomate* (58 %), Concombre* (33 %), Olives noires [olives noires, sel, E579]

Salade niçoise BIO

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS, POISSONS, SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 13/06/2024 A consommer jusqu'au : 17/06/2024

Ingrédients : Pommes de terre* [Pommes de terre*] (36 %), Haricots verts* [haricots verts*, eau, sel de mer], Thon au naturel msc [thon, eau, sel], Tomates*, Oeuf dur* [oeufs*, E270], Huile de colza, Olives noires [olives noires, sel, E579], Huile d'olive vierge extra, Oignons, Jus de citron concentré [jus de citron reconstitué, E224], Eau, Sel, Moutarde à l'ancienne [eau, graine de moutarde, vinaigre, sel, E221], Poivre noir

Cake a la carotte IG BAS maison

Allergènes : GLUTEN, FRUITS A COQUE, OEUFS

Poids Net : 56 g

Fabriqué le : 13/06/2024 A consommer jusqu'au : 18/06/2024

Ingrédients : Carotte, Oeufs*, 100% amandes en poudre, Farine de blé*, Miel 100% pur et naturel, Huile de tournesol, Bicarbonate de sodium, Cannelle

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

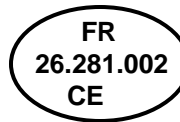
Valeurs énergétiques	337 KCal
	1407 KJ
Lipides	22,169 g
- dont acides gras saturés	2,753 g
- dont sucres	13,048 g
Glucides	23,541 g
Protéines	10,727 g
SEL	0,468 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 17 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Nuggets de blé

Allergènes : CELERI, GLUTEN

Poids Net : 63 g

Ingrédients : Nuggets de blé [eau, farine et protéines de blé, protéines de pois, oignons, huile de tournesol et colza, arôme naturel, céleri, E461, sel, levure] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	258 KCal
	1077 KJ
Lipides	13,6 g
- dont acides gras saturés	1,4 g
- dont sucres	1,3 g
Glucides	19,4 g
Protéines	14,4 g
SEL	0,98 g

Haricots verts BIO à l'ail

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 14/06/2024 A consommer jusqu'au : 18/06/2024

Ingrédients : Haricots verts* (94 %), Huile de colza, Huile d'olive vierge extra, Sel , Ail, Curcuma

Ossau iraty AOP à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Ossau iraty aop [lait entier pasteurisé de brebis, sel, ferments lactiques, présure, E509] (100 %)

Purée de pommes BIO

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Purée de pomme* [pomme*] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	54 KCal
	228 KJ
Lipides	0,5 g
- dont acides gras saturés	0,1 g
- dont sucres	11 g
Glucides	12 g
Protéines	0,5 g
SEL	0,01 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 18 Juin 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Colin MSC sauce curry madras**

Allergènes : LAIT, POISSONS, SULFITES

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 17/06/2024 A consommer jusqu'au : 22/06/2024

Ingrédients : Portion de colin d'Alaska MSC (61 %), Eau, Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Carottes, Oignons, Farine de riz, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Ail, Sel, Persil plat, Huile de colza, Curry, Sucre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	123 KCal
	513 KJ
Lipides	3,196 g
- dont acides gras saturés	1,312 g
- dont sucres	1,037 g
Glucides	3,581 g
Protéines	19,938 g
SEL	0,689 g

Curry rouge de boeuf et lentilles corail BIO

Allergènes : SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 17/06/2024 A consommer jusqu'au : 22/06/2024

Ingrédients : Emincé de boeuf* (52 %), Eau, Poivrons rouges et verts, Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de maïs*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], lentilles corail*, Farine de riz, Oignons*, Persil plat, Sel, Ail, Curry, Huile de tournesol, Gingembre, Laurier

Carottes BIO aux oignons

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 17/06/2024 A consommer jusqu'au : 21/06/2024

Ingrédients : Carottes* (93 %), Huile de colza, Oignons, Sel, Curcuma

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Bûche de chèvre BIO à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Bûche de chèvre* [lait de chèvre pasteurisé*, sel, ferments lactiques, ferments fongiques, coagulant] (100 %)

Pomme rouge BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

DEJEUNER PRIMAIRE du Jeudi 20 Juin 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Notre cake mozzarella légumes**

Allergènes : CELERI, GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 56 g

Fabriqué le : 19/06/2024 A consommer jusqu'au : 24/06/2024

Ingrédients : Farine de blé, Oeufs*, Lait uht demi-écrémé, Mozzarella râpée [lait pasteurisé, sel, E460ii, ferments lactiques], Poêlée de légumes CE2 [carotte, céleri, courgette], Huile de tournesol, Emmental râpé [lait de vache pasteurisé, sel, ferments lactiques, enzyme coagulante, féculé de pdt, présure], , Bicarbonate de sodium, Sel , Herbes de Provence, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	310 KCal
	1294 KJ
Lipides	21,311 g
- dont acides gras saturés	5,853 g
- dont sucres	2,043 g
Glucides	18,033 g
Protéines	11,413 g
SEL	0,907 g

Jambon blanc BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Jambon blanc *[jambon de porc*, eau, sel de mer, sucre de canne*, arômes naturels de citron* et caroube*, extrait de levure*, E300, carotte*, poireau*, oignon*, ail*, romarin*, poivre noir moulu*, E500] (100 %)

Thon MSC et mayonnaise

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS, POISSONS

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Thon au naturel msc [thon, eau, sel] (72 %), Mayonnaise allégée [eau, huile de colza, vinaigre, E1404, graines de moutarde, sel, E330, E224, sucre, jaune d'oeuf, E270, E415, E202, arôme, E161b, E385]

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Taboulé BIO

Allergènes : GLUTEN, SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 19/06/2024 A consommer jusqu'au : 24/06/2024

Ingrédients : Tomate concassée* [tomates pelées concassées*], Eau, Semoule couscous* [Semoule de blé dur *], Oignons*, Huile de tournesol, Huile d'olive vierge extra, Jus de citron concentré [jus de citron reconstitué, E224], Menthe, Sel, Paprika

Banane BIO

Poids Net : 110 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	81 KCal
	338 KJ
Lipides	0,206 g
- dont acides gras saturés	0,056 g
- dont sucres	14,455 g
Glucides	18,636 g
Protéines	1,091 g
SEL	0,003 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE

FR
26.281.002
CE

DEJEUNER PRIMAIRE du Vendredi 21 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Salade verte iceberg BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Salade iceberg* (100 %)

Filet de merlu MSC vierge

Allergènes : POISSONS, SULFITES

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 20/06/2024 A consommer jusqu'au : 25/06/2024

Ingrédients : Merlu (88 %), Huile de colza, Tomates*, Eau, Huile d'olive vierge extra, Oignons, Jus de citron concentré [jus de citron reconstitué, E224], Basilic, Sel, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	142 KCal
	595 KJ
Lipides	8,301 g
- dont acides gras saturés	1,464 g
- dont sucres	0,129 g
Glucides	0,88 g
Protéines	16,043 g
SEL	0,346 g

Purée de pommes de terre

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 20/06/2024 A consommer jusqu'au : 24/06/2024

Ingrédients : Eau (81 %), Flocon de pdt [pdt, E471, curcuma, extrait de romarin], Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Sel, Muscade

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Ramequin fromage blanc BIO et confiture de fraise BIO locaux

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fromage blanc nature* [lait de vache entier pasteurisé*, présure, ferments lactiques] (90 %), Confiture de fraises*[fraise*, sucre*, E440]

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 24 Juin 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Notre omelette BIO soufflée à l'emmental**

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 21/06/2024 A consommer jusqu'au : 26/06/2024

Ingrédients : Oeufs* (56 %), Lait uht demi-écrémé, Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], , Farine de blé, Vinaigre d'alcool, Sel , Bicarbonate de sodium, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	190 KCal
	793 KJ
Lipides	12,916 g
- dont acides gras saturés	5,741 g
- dont sucres	1,736 g
Glucides	3,45 g
Protéines	14,909 g
SEL	0,554 g

Ratatouille BIO

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 21/06/2024 A consommer jusqu'au : 26/06/2024

Ingrédients : Courgettes*, Aubergines* pré-frites [Aubergines*, huile de tournesol*], Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de maïs*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], Eau, Poivrons rouges et verts, Farine de riz, Oignons*, Huile de colza, Basilic, Ail, Sel , Sucre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	65 KCal
	270 KJ
Lipides	3,698 g
- dont acides gras saturés	0,476 g
- dont sucres	3,083 g
Glucides	6,411 g
Protéines	1,4 g
SEL	0,466 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Saint marcellin IGP à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Saint marcellin igp [lait thermisé, sel, ferments lactiques, présure] (100 %)

Pomme rouge BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 25 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Melon BIO

Poids Net : 100 g
Fabriqué le : 24/06/2024 A consommer jusqu'au : 29/06/2024
Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	42 KCal 175 KJ
Lipides	0,206 g
- dont acides gras saturés	0,064 g
- dont sucres	8,257 g
Glucides	9,021 g
Protéines	0,987 g
SEL	0,04 g

Salade de tortis BIO italienne

Allergènes : GLUTEN, LAIT, SULFITES

Poids Net : 0 g
Fabriqué le : 24/06/2024 A consommer jusqu'au : 28/06/2024
Ingrédients : Pâte torti* [semoule de blé dur*] (36 %), Tomates, Dés de mozzarella [lait pasteurisé, fécule de pomme de terre, sel, ferments lactiques, présure microbienne, coagulant], Huile de colza, Huile d'olive vierge extra, Jus de citron concentré [jus de citron reconstitué, E224], Basilic, Eau, Ail, Sel, Sel, Poivre noir

Flan vanille

Allergènes : LAIT
Poids Net : 90 g
Ingrédients : Flan vanille [lait partiellement écrémé, sucre, eau, amidon, IE407, arôme, E160a, protéines de lait] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	82 KCal 344 KJ
Lipides	0,7 g
- dont acides gras saturés	0,4 g
- dont sucres	14,9 g
Glucides	16,5 g
Protéines	2,5 g
SEL	0,1 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Jeudi 27 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Salade de tomates BIO

Poids Net : 80 g

Ingrédients : Tomate* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	12 KCal
	52 KJ
Lipides	0,26 g
- dont acides gras saturés	0,048 g
- dont sucres	1,68 g
Glucides	1,72 g
Protéines	0,8 g
SEL	0,008 g

Boulettes de blé thaï

Allergènes : GLUTEN, SOJA

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 26/06/2024 A consommer jusqu'au : 01/07/2024

Ingrédients : Boulette panée blé [protéine et farine de blé, carottes jaunes et oranges, oignons, huile de tournesol, huile de colza, champignons noirs, soja, sel, fibres de blé et psyllium, coriandre, plante aromatique, citronnelle, E461, épices, levure] (100 %)

Steak haché BIO au jus

Allergènes : GLUTEN

Poids Net : 70 g

Fabriqué le : 26/06/2024 A consommer jusqu'au : 30/06/2024

Ingrédients : Viande bovine* (69 %), Eau, Oignons, Carottes, Jus de veau [féculé de pdt, sel, farine de blé, extrait de levure, arôme naturel de vin blanc, tomate, veau, graisse de poulet, oignon, huile de colza, extrait de malt d'orge, E412, E415, laurier, romarin, thym, ail, extrait de romarin], Farine de riz, Sel, Huile de colza, Herbes de Provence, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	228 KCal
	952 KJ
Lipides	15,307 g
- dont acides gras saturés	6,855 g
- dont sucres	0,351 g
Glucides	1,308 g
Protéines	21,214 g
SEL	0,821 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Pommes de terre BIO rissolées

Poids Net : 170 g

Ingrédients : Pommes de terre rissolées* [Pommes de terre*, huile de tournesol*] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	153 KCal 640 KJ
Lipides	5 g
- dont acides gras saturés	0,6 g
- dont sucres	0,5 g
Glucides	25 g
Protéines	2 g
SEL	0,02 g

Crème dessert chocolat BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 95 g

Ingrédients : Crème dessert chocolat* [lait entier*, sucre*, cacao*, crème*, poudre de lait*, amidon de riz, beurre de cacao*, pâte de cacao*] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	138 KCal 575 KJ
Lipides	4,7 g
- dont acides gras saturés	3,2 g
- dont sucres	16,6 g
Glucides	19,7 g
Protéines	4,1 g
SEL	0,28 g

Ketchup

Poids Net : 10 g

Ingrédients : Ketchup [tomates, sucre, sirop de glucose-fructose, vinaigre, sel, E1403, arôme, épice] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	111 KCal 463 KJ
Lipides	0,18 g
- dont acides gras saturés	0,01 g
- dont sucres	23,35 g
Glucides	26,31 g
Protéines	0,97 g
SEL	3,15 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

ATELIER RHONE-ISERE 4005

Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE



DEJEUNER PRIMAIRE du Vendredi 28 Juin 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Bâtonnets de colin MSC et citron

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 75 g

Fabriqué le : 27/06/2024 A consommer jusqu'au : 02/07/2024

Ingrédients : Bâtonnet de colin [chair de colin d'alaska, farine de ble, huile de colza et tournesol, eau, amidon de pomme de terre, sel, levure, paprika, poivre blanc] (83 %), Fruit de saison

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	190 KCal
	794 KJ
Lipides	8,36 g
- dont acides gras saturés	1,017 g
- dont sucres	2,44 g
Glucides	16,49 g
Protéines	12,16 g
SEL	0,832 g

Epinards BIO moulinés

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 27/06/2024 A consommer jusqu'au : 01/07/2024

Ingrédients : Epinards* (56 %), Eau, Crème fraîche épaisse* [crème de lait pasteurisée*, ferments lactiques], Flocon de pdt*, Sel, Muscade

Coulommiers à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 18 g

Ingrédients : Coulommier [lait de vache pasteurisé, sel, ferments] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	279 KCal
	1168 KJ
Lipides	22,714 g
- dont acides gras saturés	15,801 g
- dont sucres	0,01 g
Glucides	0,988 g
Protéines	17,776 g
SEL	1,481 g

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Pomme rouge BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Information allergènes :

Présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.