

ATELIER RHONE-ISERE

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



DEJEUNER PRIMAIRE du Jeudi 2 Avril 2026

MAUVES ECOLE

Salade verte batavia BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Salade batavia* (100 %)

Axoa de saumon MSC

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 105 g

Fabriqué le : 01/04/2026 A consommer jusqu'au : 06/04/2026

Ingrédients : Filet de saumon msc (51 %), Eau, Poivrons rouges et verts, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Oignons, Purée de tomates [tomates], Farine de blé, Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sel, Ail, Feuilles d'origan, Poivre noir, Paprika, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	35 KCal
	147 KJ
Lipides	1,609 g
- dont acides gras saturés	0,368 g
Glucides	4,382 g
- dont sucres	1,682 g
Protéines	0,804 g
SEL	0,411 g

Mijoté d'agneau VF et boeuf VF

Allergènes : CELERI, GLUTEN

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 01/04/2026 A consommer jusqu'au : 06/04/2026

Ingrédients : Eau, Viande de boeuf hachée 100% muscle, Egréné d'agneau [Epaule, collier, gigot, poitrine], Tomates concassées [tomates fraîches, jus de tomates, sel, E330], Purée de tomates [tomates], Oignons, Carottes, Farine de blé, Céleri, Huile de colza, Sel, Persil plat, Ail, Herbes de Provence, Poivre noir, Laurier

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.

Pâtes de Pâques IGP

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 01/04/2026 A consommer jusqu'au : 05/04/2026

Ingrédients : Pates de Pâques [semoule de blé dur, oeuf frais] (74 %),
Emmental râpé [lait de vache pasteurisé, sel, ferments lactiques,
enzyme coagulante, féculé de pdt, présure], Huile de colza,
Beurre, Sel

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	190 KCal
	796 KJ
Lipides	8,129 g
- dont acides gras saturés	3,342 g
Glucides	22,445 g
- dont sucres	0,955 g
Protéines	6,856 g
SEL	1,478 g

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Ile flottante

Allergènes : LAIT, OEUFS

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Crème anglaise [Lait écrémé, sucre, crème, E1404, arôme, E407, sel, E150a, E160a] (77 %), Blanc d'oeuf en
neige avec caramel [blanc d'oeuf, sucre, eau, E415]

Lapin de Pâques

Allergènes : LAIT

Poids Net : 25 g

Ingrédients : Lapin [sucre, lait entier en poudre, beurre de cacao, pâte de
cacao, lactosérum doux en poudre, lécithine de tournesol,
extrait de vanille bourbon] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	542 KCal
	2266 KJ
Lipides	32 g
- dont acides gras saturés	20 g
Glucides	57 g
- dont sucres	57 g
Protéines	6,5 g
SEL	0,25 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.

Poids Net : 99 g

Poids Net : 0 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

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 Vendredi 3 Avril 2026**MAUVES ECOLE****Coleslaw de céleris BIO cocktail**

Allergènes : CELERI, GLUTEN, OEUFs

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 02/04/2026 A consommer jusqu'au : 07/04/2026

Ingrédients : Carotte* (44 %), Céleri rave* [céleri rave*, E330], Mayonnaise allégée [eau, huile de colza, jaune d'œuf, sel, sirop de glucose, amidon modifié, vinaigre d'alcool, sucre, graines de moutarde, épice, arôme naturel de moutarde, E415, E200, E270, E330, E160a, E385], Purée de tomates [tomates], Sel, Chapelure [farine de blé, levure, sel]

Cotriade de colin MSC, moules et crevettes

Allergènes : CELERI, GLUTEN, CRUSTACES, MOLLUSQUES, POISSONS, SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 02/04/2026 A consommer jusqu'au : 07/04/2026

Ingrédients : Colin (48 %), Eau, Moules, Crevette décortiquée [crevettes, eau, sel, E160c, E330, E331], Soupe de poisson [poissons, eau, concentré de tomate, oignons, sel, E1404, huile de colza, ail, épices, aromates], Oignons, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Brunoise de légumes [carottes, poireaux, céleris, navets, oignons], Fenouil, Farine de blé, Jus de citron [jus de citron, E224], Huile de colza, Céleri, Ail, Persil plat, Curcuma, Sel, Poivre noir, Herbes de Provence, Laurier

Riz de Camargue IGP Bio

Allergènes : LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 02/04/2026 A consommer jusqu'au : 06/04/2026

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

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	190 KCal
	794 KJ
Lipides	6,99 g
- dont acides gras saturés	1,948 g
Glucides	29,207 g
- dont sucres	0,194 g
Protéines	2,541 g
SEL	0,52 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.

Poids Net : 99 g

Flan au chocolat

Allergènes : LAIT

Poids Net : 90 g

Ingrédients : Flan chocolat [lait partiellement écrémé, sucre, lactose et minéraux du lait, amidon, poudre de cacao, E407, minéraux du lait] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	78 KCal
	326 KJ
Lipides	0,8 g
- dont acides gras saturés	0,5 g
Glucides	15 g
- dont sucres	13 g
Protéines	2,7 g
SEL	0,1 g

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Poids Net : 0 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 Lundi 20 Avril 2026**MAUVES ECOLE**

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Quenelles natures BIO sauce tomate

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 17/04/2026 A consommer jusqu'au : 21/04/2026

Ingrédients : Quenelle* [eau, oeuf*, semoule de blé dur*, beurre*, huile de tournesol*, poudre de lait entier*, sel] (52 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Purée de tomates [tomates], Oignons, Carottes, Farine de blé, Basilic, Ail, Sel, Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sucre, Herbes de Provence

Saucisse de Francfort VF

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 17/04/2026 A consommer jusqu'au : 22/04/2026

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 %)

Petits pois Bio au jus

Allergènes : CELERI, GLUTEN

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 17/04/2026 A consommer jusqu'au : 22/04/2026

Ingrédients : Petits pois* (56 %), Eau (34 %), Céleri, Oignons*, Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Farine de blé, Sel, Ail, Sucre, Herbes de Provence, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	70 KCal
	293 KJ
Lipides	3,317 g
- dont acides gras saturés	0,371 g
Glucides	6,556 g
- dont sucres	2,899 g
Protéines	3,507 g
SEL	0,836 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.

Pont l'Evêque AOP à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 18 g

Ingrédients : Pont l'évêque aop [lait pasteurisé de vache, sel, ferments lactiques, E509, présure animale] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	300 KCal
	1254 KJ
Lipides	24 g
- dont acides gras saturés	14,5 g
Glucides	0 g
- dont sucres	0 g
Protéines	21 g
SEL	1,8 g

Pomme jaune BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Pomme Jaune* (100 %)

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

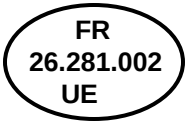
Poids Net : 0 g

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

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



DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 21 Avril 2026
MAUVES ECOLE

Salade verte batavia BIO

Poids Net : 0 g
Ingrédients : Salade batavia* (100 %)

Axoa de boeuf VF Bio

Allergènes : GLUTEN

Poids Net : 105 g
Fabriqué le : 20/04/2026 A consommer jusqu'au : 25/04/2026
Ingrédients : Viande de boeuf hachée* (47 %), Eau, Poivrons rouges et verts, Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de maïs*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], Oignons, Tomates concentrées*, Farine de blé, Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sucre, Sel , Ail, Feuilles d'origan, Poivre noir, Paprika, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	140 KCal
	583 KJ
Lipides	8,411 g
- dont acides gras saturés	3,424 g
Glucides	4,498 g
- dont sucres	1,755 g
Protéines	11,471 g
SEL	0,601 g

Axoa de colin MSC

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 105 g
Fabriqué le : 20/04/2026 A consommer jusqu'au : 25/04/2026
Ingrédients : Filet de colin d'Alaska MSC (51 %), Eau, Poivrons rouges et verts, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Oignons, Purée de tomates [tomates], Farine de blé, Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sel , Ail, Feuilles d'origan, Poivre noir, Paprika, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	79 KCal
	331 KJ
Lipides	1,262 g
- dont acides gras saturés	0,098 g
Glucides	4,382 g
- dont sucres	1,682 g
Protéines	12,579 g
SEL	0,536 g

Pommes de terre rondes BIO au four

Poids Net : 0 g
Fabriqué le : 20/04/2026 A consommer jusqu'au : 25/04/2026
Ingrédients : Pommes de terre grenailles* (96 %), Huile de colza, Sel , Herbes de Provence, Paprika

Crème dessert vanille BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 100 g
Ingrédients : Crème dessert vanille* [lait entier*, sucre de canne*, crème*, amidons, arôme naturel de vanille, E407, concentré de carotte et de pomme*, poudre de lait écrémé*, caramel*, sel, protéines de lait*] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	116 KCal
	484 KJ
Lipides	4,3 g
- dont acides gras saturés	2,8 g
Glucides	16,5 g
- dont sucres	13,6 g
Protéines	2,8 g
SEL	0,1 g

Galettes Saint Michel BIO

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 25 g
Ingrédients : Galette* [farine de blé*, sucre de canne*, beurre*, oeufs*, E503, E500, E330, arôme naturel, sel marin gris, lait écrémé en poudre*] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	466 KCal
	1948 KJ
Lipides	14,56 g
- dont acides gras saturés	9,464 g
Glucides	74,88 g
- dont sucres	28,08 g
Protéines	8,84 g
SEL	0,978 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.

Poids Net : 99 g

Poids Net : 0 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

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 23 Avril 2026**MAUVES ECOLE****Coleslaw BIO cocktail**

Allergènes : GLUTEN, OEUFS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 22/04/2026 A consommer jusqu'au : 27/04/2026

Ingrédients : Carotte* (44 %), Chou blanc*, Mayonnaise allégée [eau, huile de colza, jaune d'oeuf, sel, sirop de glucose, amidon modifié, vinaigre d'alcool, sucre, graines de moutarde, épice, arôme naturel de moutarde, E415, E200, E270, E330, E160a, E385], Purée de tomates [tomates], Sel, Chapelure [farine de blé, levure, sel]

Sauce carbonara de saumon MSC

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS, POISSONS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 22/04/2026 A consommer jusqu'au : 27/04/2026

Ingrédients : Filet de saumon msc (38 %), Eau (35 %), Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Jaunes d'oeufs, Farine de blé, Parmesan AOP [lait, sel, présure], Poivre noir

Coquillettes Bio

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 22/04/2026 A consommer jusqu'au : 26/04/2026

Ingrédients : Pâte coquillettes* [semoule de blé dur*] (78 %), Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], Huile de colza, Beurre, Sel

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	213 KCal
	891 KJ
Lipides	7,674 g
- dont acides gras saturés	3,259 g
Glucides	29,878 g
- dont sucres	1,921 g
Protéines	6,149 g
SEL	0,472 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.

Poids Net : 99 g

Liégeois au chocolat

Allergènes : LAIT

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Liégeois au chocolat [lait entier, sucre, cacao en poudre, crème, amidon modifié, lactose, minéraux du lait, E407, E415, E472b, arôme naturel de vanille, protéines de lait] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	122 KCal
	510 KJ
Lipides	4 g
- dont acides gras saturés	2,6 g
Glucides	18,7 g
- dont sucres	16,7 g
Protéines	2,8 g
SEL	0,1 g

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Poids Net : 0 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 Vendredi 24 Avril 2026**MAUVES ECOLE****Pizza au fromage**

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Pizza fromage [farine de blé, gluten de blé, farine de blé malté), eau, purée de tomates, emmental, huile de tournesol, levure, huile d'olive vierge extra, sucre, marjolaine, ail, origan, sel] (100 %)

Notre omelette au four à l'emmental BIO

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 23/04/2026 A consommer jusqu'au : 28/04/2026

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

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

Courgettes moulinées BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 110 g

Fabriqué le : 23/04/2026 A consommer jusqu'au : 28/04/2026

Ingrédients : Eau (41 %), Courgettes* (40 %), Crème fraîche épaisse* [crème de lait pasteurisée*, ferments lactiques], Flocon de pdt*, Sel , Muscade

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	75 KCal
	315 KJ
Lipides	4,318 g
- dont acides gras saturés	2,58 g
Glucides	7,7 g
- dont sucres	1,37 g
Protéines	1,401 g
SEL	0,761 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.

Poids Net : 99 g

Banane BIO

Poids Net : 110 g

Ingrédients : Banane* (100 %)

Poids Net : 99 g

Poids Net : 0 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

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

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

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 27 Avril 2026**MAUVES ECOLE****Carottes râpées BIO vinaigrette**

Allergènes : MOUTARDE, SULFITES

Poids Net : 70 g

Fabriqué le : 24/04/2026 A consommer jusqu'au : 29/04/2026

Ingrédients : Carotte* (85 %), Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Vinaigre de vin [vinaigre de vin rouge, E221], Eau, Sel, Moutarde à l'ancienne [eau, graine de moutarde, vinaigre, sel, E221], Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	107 KCal
	446 KJ
Lipides	9,102 g
- dont acides gras saturés	1,114 g
Glucides	5,384 g
- dont sucres	3,933 g
Protéines	0,711 g
SEL	1,032 g

Gratin de gnocchis tomates BIO mozzarella

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 250 g

Fabriqué le : 24/04/2026 A consommer jusqu'au : 29/04/2026

Ingrédients : Gnocchi* [eau, semoule de blé dur*, flocons de pommes de terre déshydratées*, huile de tournesol*, sel] (38 %), Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de maïs*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], Eau, Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], Mozzarella râpée [lait pasteurisé, sel, E460ii, ferments lactiques], Crème fraîche épaisse* [crème de lait pasteurisée*, ferments lactiques], Farine de blé, Basilic, Ail, Sel

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	169 KCal
	707 KJ
Lipides	7,186 g
- dont acides gras saturés	3,962 g
Glucides	19,053 g
- dont sucres	2,516 g
Protéines	7,054 g
SEL	1,174 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.

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Purée de pommes fraises BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Purée pomme fraise* [pomme*, fraise*,arôme naturel de fraise, concentré* (carotte*, cassis*) E300] (100 %)

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Poids Net : 0 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 28 Avril 2026**MAUVES ECOLE**

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

Bâtonnets de colin MSC panés et citron

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 75 g

Fabriqué le : 27/04/2026 A consommer jusqu'au : 01/05/2026

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] (84 %), Citron

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	197 KCal
	825 KJ
Lipides	8,692 g
- dont acides gras saturés	1,057 g
Glucides	17,13 g
- dont sucres	2,52 g
Protéines	12,64 g
SEL	0,865 g

Epinards bio à la bechamel

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 27/04/2026 A consommer jusqu'au : 01/05/2026

Ingrédients : Epinards* (69 %), Lait demi-écrémé*, Eau, Flocon de pdt*, Huile de colza, Farine de blé, Sel , Muscade

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	74 KCal
	310 KJ
Lipides	3,317 g
- dont acides gras saturés	0,578 g
Glucides	7,981 g
- dont sucres	0,875 g
Protéines	3,107 g
SEL	0,351 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.

Comté AOP à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 18 g

Ingrédients : Comté aop [lait cru de vache, sel, ferments lactiques, présure]
(100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	413 KCal
	1725 KJ
Lipides	33,726 g
- dont acides gras saturés	21,823 g
Glucides	0,496 g
- dont sucres	0,01 g
Protéines	26,783 g
SEL	0,694 g

Pomme bicolore BIO

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Pomme Bicolore* (100 %)

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

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal
	0 KJ

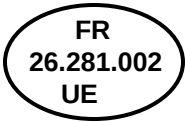
Poids Net : 0 g

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

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



DEJEUNER PRIMAIRE du Jeudi 30 Avril 2026

MAUVES ECOLE

Betteraves BIO maïs BIO vinaigrette

Allergènes : MOUTARDE, SULFITES

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Betteraves rouges* (59 %), Maïs* [maïs doux en grains*, eau, sel de mer], Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Vinaigre de vin [vinaigre de vin rouge, E221], Vinaigre de vin [vinaigre de vin rouge, E221], Sel , Eau, Moutarde à l'ancienne [eau, graine de moutarde, vinaigre, sel, E221], Sel , Eau, Moutarde à l'ancienne [eau, graine de moutarde, vinaigre, sel, E221], Poivre noir, Poivre noir

Filet de merlu MSC sauce safranée

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 29/04/2026 A consommer jusqu'au : 04/05/2026

Ingrédients : Merlu (57 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Purée de tomates [tomates], Oignons, Farine de blé, Ail, Sel , Huile de colza, Persil plat, Sucre, Paprika, Riz d'or

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	117 KCal
	491 KJ
Lipides	2,764 g
- dont acides gras saturés	0,684 g
Glucides	6,248 g
- dont sucres	2,497 g
Protéines	16,88 g
SEL	0,884 g

Wok de boeuf VF et lentilles corail

Allergènes : GLUTEN, SOJA

Poids Net : 105 g

Fabriqué le : 29/04/2026 A consommer jusqu'au : 04/05/2026

Ingrédients : Emincé de boeuf (54 %), Eau, Poêlée wok [carottes oranges et jaunes, pois croquants, pousses de haricots mungo, fèves de soja, oignons, champignons noirs, eau, arôme naturel, huile de tournesol et colza, farine de riz, sel, coriandre, gingembre, E412, E415, poivre, extrait d'ail], Lentilles corail, Farine de blé, Sauce soja sucrée [eau, sucrose, sucre brun, fève de soja, riz, sel, amidon de maïs], Oignons, Huile de colza, Sel , Ail, Coriandre, Curcuma, Paprika, Gingembre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	154 KCal
	642 KJ
Lipides	6,668 g
- dont acides gras saturés	2,457 g
Glucides	7,152 g
- dont sucres	2,447 g
Protéines	16,223 g
SEL	0,685 g

Haricots verts BIO

Poids Net : 0 g
Fabriqué le : 29/04/2026 A consommer jusqu'au : 03/05/2026
Ingrédients : Haricots verts* (93 %), Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Ail, Sel

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal 0 KJ

Notre moelleux ananas

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 60 g
Fabriqué le : 29/04/2026 A consommer jusqu'au : 04/05/2026
Ingrédients : Ananas tranché [ananas, eau, sucre, E330] (34 %), Farine de blé, Sucre, Oeufs, Huile de colza, Fromage blanc nature [lait de vache entier pasteurisé, présure, ferments lactiques], , Bicarbonate de sodium

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	277 KCal 1159 KJ
Lipides	12,573 g
- dont acides gras saturés	2,35 g
Glucides	36,676 g
- dont sucres	20,846 g
Protéines	4,332 g
SEL	0,267 g

Poids Net : 99 g

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	0 KCal 0 KJ

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.

Poids Net : 0 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.