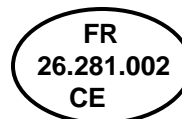


ATELIER RHONE-ISERE 4005

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



DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 8 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Oeuf dur BIO mayonnaise

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS, SULFITES

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Oeuf dur* [oeufs*, E270] (84 %), Mayonnaise dose [huile de colza, eau, jaune d'oeuf, sirop de glucose fructose, vinaigre, graines de moutarde, sel, E330, E224, épice, E1404, E412, E415, E160a, E270, E330, E385, arôme]

Raviolis à l'emmental BIO sauce tomate

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 250 g

Fabriqué le : 05/01/2024 A consommer jusqu'au : 10/01/2024

Ingrédients : Eau (64 %), Raviolis emmental* [farine de blé*, eau, fromage blanc*, levure de bière*, sel, emmental*, flocons de pomme de terre*, huile de tournesol*, persil*, sel de camargue, poivre noir*, muscade*], Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Eau, Emmental râpé [lait de vache pasteurisé, sel, ferments lactiques, enzyme coagulante, féculé de pdt, présure], Farine de riz, Oignons, Huile de colza, Basilic, Ail, Sel, Sel, Sucre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	159 KCal
	663 KJ
Lipides	4,46 g
- dont acides gras saturés	1,695 g
- dont sucres	1,817 g
Glucides	24,307 g
Protéines	5,314 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.

Clémentines BIO

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	42 KCal
	174 KJ
Lipides	0,19 g
- dont acides gras saturés	0 g
- dont sucres	9,19 g
Glucides	9,19 g
Protéines	0,8 g
SEL	0,016 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 9 Janvier 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Filet de merlu MSC à la crème d'oseille**

Allergènes : LAIT, POISSONS

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 08/01/2024 A consommer jusqu'au : 12/01/2024

Ingrédients : Merlu (55 %), Eau, Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Farine de riz, Oignons, Oseille, Huile de colza, Sel , Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	151 KCal 630 KJ
Lipides	7,135 g
- dont acides gras saturés	3,548 g
- dont sucres	0,627 g
Glucides	4,878 g
Protéines	16,774 g
SEL	0,725 g

Purée de potirons BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 08/01/2024 A consommer jusqu'au : 12/01/2024

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

Vache qui rit BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 17 g

Ingrédients : Vache qui rit* [lait écrémé*, fromage*, crème*, E331] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	214 KCal 895 KJ
Lipides	16,17 g
- dont acides gras saturés	10,78 g
- dont sucres	5,39 g
Glucides	5,39 g
Protéines	11,76 g
SEL	1,764 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.

Kiwi BIO

Poids Net : 90 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	48 KCal 202 KJ
Lipides	0,725 g
- dont acides gras saturés	0,035 g
- dont sucres	9,1 g
Glucides	9,37 g
Protéines	1,1 g
SEL	0,008 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 Jeudi 11 Janvier 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Quenelles natures sauce aurore**

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 10/01/2024 A consommer jusqu'au : 15/01/2024

Ingrédients : Quenelle nature [œufs entiers, farine de blé, eau, huile de colza, sel, arôme naturel] (55 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Farine de riz, Sel , Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	247 KCal 1033 KJ
Lipides	15,494 g
- dont acides gras saturés	3,319 g
- dont sucres	1,391 g
Glucides	19,831 g
Protéines	7,072 g
SEL	1,752 g

Rôti de porc sauce dijonnaise

Allergènes : LAIT, MOUTARDE, SULFITES

Poids Net : 60 g

Fabriqué le : 10/01/2024 A consommer jusqu'au : 13/01/2024

Ingrédients : Rôti de porc [Viande de porc, sel] (54 %), Eau, Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Oignons, Farine de riz, Moutarde [eau, graines de moutarde, vinaigre, sel, E330, E228], Moutarde à l'ancienne [eau, graine de moutarde, vinaigre, sel, E221], Huile de colza, Sel , Herbes de Provence

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	275 KCal 1149 KJ
Lipides	16,068 g
- dont acides gras saturés	6,321 g
- dont sucres	0,892 g
Glucides	4,912 g
Protéines	27,676 g
SEL	1,816 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.

Carottes BIO aux oignons

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 10/01/2024 A consommer jusqu'au : 14/01/2024

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

Gouda

Allergènes : LAIT

Poids Net : 20 g

Ingrédients : Gouda [lait de vache pasteurisé, sel, ferment lactique, coagulant microbien] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	370 KCal 1547 KJ
Lipides	30 g
- dont acides gras saturés	18,3 g
- dont sucres	0,01 g
Glucides	0,01 g
Protéines	25 g
SEL	2 g

Galette des Rois

Allergènes : GLUTEN, FRUITS A COQUE, LAIT, OEUFS

Poids Net : 62 g

Fabriqué le : 10/01/2024 A consommer jusqu'au : 15/01/2024

Ingrédients : Galette frangipane [farine de blé, beurre, eau, sel, lait entier, sucre, oeuf, poudre d'amande, germes de blé, semoule de blé, amidon de blé, arômes naturels et arôme de vanille] (100 %),

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	363 KCal 1516 KJ
Lipides	21,169 g
- dont acides gras saturés	12,096 g
- dont sucres	9,274 g
Glucides	36,289 g
Protéines	6,754 g
SEL	0,706 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 12 Janvier 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Chou blanc BIO sauce cocktail**

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Chou blanc* (70 %), Ketchup [tomates, saccharose, vinaigre d'alcool, E1414, sel, E202, arôme naturel], Mayonnaise allégée [eau, huile de colza, vinaigre, E1404, graines de moutarde, sel, E330, E224, sucre, jaune d'oeuf, E270, E415, E202, arôme, E161b, E385]

Moqueca de colin MSC et crevettes

Allergènes : CRUSTACES, FRUITS A COQUE, MOLLUSQUES, POISSONS

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 11/01/2024 A consommer jusqu'au : 15/01/2024

Ingrédients : Colin (49 %), Eau, Crevette décortiquée [crevettes, sel, E160c, E330, E331, E500], Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Lait de coco [extrait de noix de coco, eau], Poivrons rouges et verts, Oignons, Pur jus d'orange, Farine de riz, Ail, Sel, Persil plat, Huile de colza, Sucre, Paprika, Curcuma, Herbes de Provence

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	96 KCal
	401 KJ
Lipides	2,144 g
- dont acides gras saturés	1,053 g
- dont sucres	0,955 g
Glucides	3,161 g
Protéines	16,028 g
SEL	0,915 g

Ragoût de boeuf et lentilles

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 11/01/2024 A consommer jusqu'au : 16/01/2024

Ingrédients : Emincé de boeuf (52 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Carottes, Oignons, Lentilles vertes, Farine de riz, Persil plat, Ail, Sel, Huile de tournesol, Herbes de Provence, Laurier, 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.

Pommes noisettes

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Pommes noisettes [pomme de terre, huile de tournesol, sel, E464, dextrose, épices] (100 %)

Flan au caramel

Allergènes : LAIT

Poids Net : 90 g

Ingrédients : Flan vanille/caramel [lait partiellement écrémé, sucre, eau, sirop de glucose-fructose, amidon, lactose, minéraux du lait, arômes, E407, E440, E415, E160a, E1404, protéines de lait] (100 %)

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	
	93 KCal
	389 KJ
Lipides	0,7 g
- dont acides gras saturés	0,4 g
- dont sucres	17,6 g
Glucides	19,2 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 Lundi 15 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Notre tortilla BIO

Allergènes : OEUFS

Poids Net : 82 g

Fabriqué le : 12/01/2024 A consommer jusqu'au : 17/01/2024

Ingrédients : Oeufs* (46 %), Pommes de terre rissolées* [Pommes de terre*, huile de tournesol*] (39 %), Oignons*préfruits [oignons*, huile de tournesol*], Carton microcannelure et PET, Huile de tournesol, Vinaigre d'alcool, Sel , Ail, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	190 KCal
	795 KJ
Lipides	11,712 g
- dont acides gras saturés	2,252 g
- dont sucres	0,958 g
Glucides	12,898 g
Protéines	8,293 g
SEL	0,609 g

Choux fleurs BIO mornay

Allergènes : LAIT, OEUFS

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 12/01/2024 A consommer jusqu'au : 16/01/2024

Ingrédients : Chou fleur* (69 %), Eau, Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], Lait demi écrémé en poudre [lait demi écrémé], Farine de riz, Jaunes d'oeufs, Sel , Muscade

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	60 KCal
	253 KJ
Lipides	3,016 g
- dont acides gras saturés	1,86 g
- dont sucres	2,563 g
Glucides	4,422 g
Protéines	3,902 g
SEL	0,335 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.

Camembert à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 17 g

Ingrédients : Camembert [lait pasteurisé, sel, ferments lactiques, ferments d'affinage] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	273 KCal 1140 KJ
Lipides	22,185 g
- dont acides gras saturés	15,126 g
- dont sucres	0,101 g
Glucides	0,101 g
Protéines	18,152 g
SEL	1,392 g

Pomme jaune BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

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 16 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Carottes râpées BIO

Allergènes : MOUTARDE, SULFITES

Poids Net : 70 g

Fabriqué le : 15/01/2024 A consommer jusqu'au : 20/01/2024

Ingrédients : Carotte* (97 %), Jus de citron concentré [jus de citron reconstitué, E224]

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	30 KCal 127 KJ
Lipides	0,244 g
- dont acides gras saturés	0,055 g
- dont sucres	4,557 g
Glucides	6,291 g
Protéines	0,746 g
SEL	0,114 g

Boulettes de blé thaï

Allergènes : GLUTEN, SOJA

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 15/01/2024 A consommer jusqu'au : 20/01/2024

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 %)

Boulettes de boeuf au jus

Allergènes : GLUTEN, SOJA

Poids Net : 90 g

Fabriqué le : 15/01/2024 A consommer jusqu'au : 20/01/2024

Ingrédients : Boulette de boeuf [viande de boeuf, protéines de soja, fibre de bambou, sel, arôme, oignon déshydraté, betterave rouge, maltodextrine, E504i] (74 %), 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	275 KCal 1151 KJ
Lipides	24,239 g
- dont acides gras saturés	11,043 g
- dont sucres	0,273 g
Glucides	2,117 g
Protéines	12,166 g
SEL	1,091 g

Purée de pommes de terre

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 15/01/2024 A consommer jusqu'au : 19/01/2024

Ingrédients : Eau (82 %), Flocon de pdt [pdt, E471, curcuma, extrait de romarin], Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Sel , Muscade

Fromage blanc nature Local

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fromage blanc [lait de vache entier pasteurisé, présure, ferments lactiques] (91 %), Sucre

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 18 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Tajine de dinde Label Rouge et pois chiches

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 17/01/2024 A consommer jusqu'au : 22/01/2024

Ingrédients : Emincé de hauts de cuisse de dinde Label rouge (51 %), Eau, Pois chiche [pois chiches sec trempés, eau, sel], Carottes, Oignons, Raisin sec [raisin sec, huile végétale], Farine de riz, Purée de tomates [tomates], Razelhanout [coriandre, curcuma, fenouil, fenugrec, romarin], Sel, Ail, Coriandre, Huile de tournesol, Sucre, Laurier, Poivre noir

Tajine de pois chiches et potiron

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 17/01/2024 A consommer jusqu'au : 21/01/2024

Ingrédients : Pois chiche [pois chiches sec trempés, eau, sel] (35 %), Eau, Potirons, Carottes, Oignons, Farine de riz, Purée de tomates [tomates], Raisin sec [raisin sec, huile végétale], Huile de tournesol, Razelhanout [coriandre, curcuma, fenouil, fenugrec, romarin], Sel, Ail, Coriandre, Sucre, Laurier, Poivre noir

Semoule BIO

Allergènes : GLUTEN

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 17/01/2024 A consommer jusqu'au : 22/01/2024

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

Emmental à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Emmental [lait, ferments lactiques, sel] (100 %)

Orange BIO

Poids Net : 120 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	33 KCal
	137 KJ
Lipides	0,217 g
- dont acides gras saturés	0,045 g
- dont sucres	6,933 g
Glucides	6,933 g
Protéines	0,198 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 Vendredi 19 Janvier 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Mélange de crudités BIO (batavia, carottes râpées, maïs)**

Poids Net : 30 g

Ingrédients : Mélange fantaisie* [batavia*, carottes râpées*, maïs] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	30 KCal 127 KJ
Lipides	0,5 g
- dont acides gras saturés	0,1 g
- dont sucres	2,7 g
Glucides	5,3 g
Protéines	1,2 g
SEL	0,06 g

Bâtonnets de colin MSC et citron

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 75 g

Fabriqué le : 18/01/2024 A consommer jusqu'au : 23/01/2024

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

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.

Epinards BIO moulinés

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 18/01/2024 A consommer jusqu'au : 22/01/2024

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

Notre cake à la noix de coco

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS, SULFITES

Poids Net : 56 g

Fabriqué le : 18/01/2024 A consommer jusqu'au : 23/01/2024

Ingrédients : Sucre, Oeufs, Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Noix de coco rapée [noix de coco, E220, E223], Farine de blé, Huile de tournesol, Papier antigras avec 100% de fibre vierge, Bicarbonate de sodium

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	470 KCal
	1966 KJ
Lipides	30,922 g
- dont acides gras saturés	15,653 g
- dont sucres	31,555 g
Glucides	41,754 g
Protéines	6,269 g
SEL	0,245 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 22 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Salade verte iceberg BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Salade iceberg* (100 %)

Blanquette de colin msc, moules et crevettes

Allergènes : CELERI, CRUSTACES, LAIT, MOLLUSQUES, POISSONS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 19/01/2024 A consommer jusqu'au : 23/01/2024

Ingrédients : Colin (48 %), Eau, Moules, Crevette décortiquée [crevettes, sel, E160c, E330, E331, E500], Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Oignons, Soupe de poisson [poissons, eau, concentré de tomate, oignons, sel, E1404, huile de colza, ail, épices, aromates], Fenouil, Brunoise de légumes [carottes, poireaux, céleris, navets, oignons], Farine de riz, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Huile de colza, Céleri, Ail, Persil plat, Curcuma, Sel, Poivre noir, Herbes de Provence, Laurier

Blanquette de veau

Allergènes : CELERI, LAIT, OEUFS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 19/01/2024 A consommer jusqu'au : 23/01/2024

Ingrédients : Emincé de veau (59 %), Eau, Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Poêlée de légumes [poireaux, carottes, céleris, courgettes], Champignons de Paris, Farine de riz, Jaunes d'oeufs, Sel, Ail, Huile de tournesol, Herbes de Provence, Laurier, Poivre noir

Riz de Camargue IGP BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 19/01/2024 A consommer jusqu'au : 24/01/2024

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

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.

Paris brest

Allergènes : GLUTEN, FRUITS A COQUE, LAIT, OEUFS, SOJA

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Paris Brest [Eau, sucre, amidon modifié, poudre de lait entier et écrémé, E516, E450, E541, E472a, E472b, sirop de glucose, sel, lait, E407, sucre glace, noisette, lécithine de soja, E471, E472e, arôme naturel, cacao en poudre, farine de blé, oeufs, graisse végétale de palme durable, E450, E500] (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 Mardi 23 Janvier 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Pané au fromage**

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 22/01/2024 A consommer jusqu'au : 27/01/2024

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 : 22/01/2024 A consommer jusqu'au : 27/01/2024

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 %)

Petits pois carottes BIO

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 22/01/2024 A consommer jusqu'au : 27/01/2024

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

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.

Fromage fouetté Mme Loïk

Allergènes : LAIT

Poids Net : 20 g

Ingrédients : Fromage fouetté Mme Loïk [fromage frais, sel de guérande] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	252 KCal
	1052 KJ
Lipides	24 g
- dont acides gras saturés	17,3 g
- dont sucres	3 g
Glucides	3 g
Protéines	5,9 g
SEL	0,43 g

Ananas 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 25 Janvier 2024**RI MAUVES ECOLE 4499****Notre clafoutis aux légumes et mozzarella**

Allergènes : CELERI, GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 60 g

Fabriqué le : 24/01/2024 A consommer jusqu'au : 29/01/2024

Ingrédients : Lait uht demi-écrémé, Oeufs, Poêlée de légumes [poireaux, carottes, céleris, courgettes], Mozzarella râpée [lait pasteurisé, sel, E460ii, ferments lactiques], Emmental râpé [lait de vache pasteurisé, sel, ferments lactiques, enzyme coagulante, féculé de pdt, présure], Farine de blé, Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Carton microcannelure et PET, Sel, Basilic

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	194 KCal
	813 KJ
Lipides	11,862 g
- dont acides gras saturés	6,9 g
- dont sucres	2,932 g
Glucides	10,309 g
Protéines	11,622 g
SEL	0,841 g

Parmentier végétal

Allergènes : GLUTEN, LAIT, SOJA

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 24/01/2024 A consommer jusqu'au : 28/01/2024

Ingrédients : Eau (52 %), Eau, Flocon de pdt [pdt, E471, curcuma, extrait de romarin], Protéine de pois texturée*, Oignons, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Crème fraîche épaisse [crème pasteurisée, ferments lactiques], Farine de riz, Huile de colza, Purée de tomates [tomates], Chapelure [farine de blé, levure, sel], Sel, Persil plat, Ail, Sel, Sucre, Herbes de Provence, **Muscade**, Laurier, Poivre noir

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 Vendredi 26 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Salade de chou blanc et rouge BIO en mayonnaise

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Chou blanc* et chou rouge* (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]

Bolognaise de thon MSC

Allergènes : POISSONS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 25/01/2024 A consommer jusqu'au : 30/01/2024

Ingrédients : Thon au naturel msc [thon, eau, sel] (42 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Carottes, Oignons, Purée de tomates [tomates], Farine de riz, Fenouil, Sucre, Persil plat, Sel, Ail, Huile de tournesol, Herbes de Provence, Laurier, Poivre noir

Macaronis BIO

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 25/01/2024 A consommer jusqu'au : 30/01/2024

Ingrédients : Eau (74 %), Pâte macaroni* [semoule de blé dur*], Emmental râpé [lait de vache pasteurisé, sel, ferments lactiques, enzyme coagulante, fécule de pdt, présure], Huile de colza, Beurre, Sel, Sel, Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	198 KCal
	829 KJ
Lipides	8,215 g
- dont acides gras saturés	2,847 g
- dont sucres	0,93 g
Glucides	25,629 g
Protéines	5,47 g
SEL	3,199 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.

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.

DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 29 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Filet de merlu MSC sauce provencale

Allergènes : CELERI, POISSONS

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 26/01/2024 A consommer jusqu'au : 31/01/2024

Ingrédients : Merlu (56 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Purée de tomates [tomates], Carottes, Oignons, Farine de riz, Olives noires [olives noires, sel, E579], Céleri, Ail, Persil plat, Sel, Huile de colza, Sucre, Herbes de Provence

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	124 KCal 520 KJ
Lipides	3,283 g
- dont acides gras saturés	0,767 g
- dont sucres	2,708 g
Glucides	6,852 g
Protéines	16,838 g
SEL	0,808 g

Goulash de boeuf et haricots rouges

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 26/01/2024 A consommer jusqu'au : 31/01/2024

Ingrédients : Emincé de boeuf (51 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Haricots rouges [haricots rouges, eau, sel], Carottes, Farine de riz, Oignons, Persil plat, Sel, Ail, Huile de tournesol, Paprika, Cumin, Herbes de Provence, Laurier, Poivre noir

Haricots verts BIO à l'huile d'olive

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 26/01/2024 A consommer jusqu'au : 30/01/2024

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

Emmental à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Emmental [lait, ferments lactiques, sel] (100 %)

Kiwi BIO

Poids Net : 90 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs énergétiques	48 KCal
	202 KJ
Lipides	0,725 g
- dont acides gras saturés	0,035 g
- dont sucres	9,1 g
Glucides	9,37 g
Protéines	1,1 g
SEL	0,008 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 30 Janvier 2024

RI MAUVES ECOLE 4499

Dahl de lentilles

Allergènes : SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 29/01/2024 A consommer jusqu'au : 03/02/2024

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 : 29/01/2024 A consommer jusqu'au : 03/02/2024

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

Camembert BIO à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 18 g

Ingrédients : Camembert* [lait de vache pasteurisé*, sel, ferments lactiques, présure] (100 %)

Déclaration nutritionnelle Pour 100 g

Valeurs énergétiques	262 KCal
	1095 KJ
Lipides	19,842 g
- dont acides gras saturés	14,881 g
- dont sucres	0,694 g
Glucides	0,992 g
Protéines	19,842 g
SEL	1,687 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 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.