

# Courgettes

A : PORTION ADULTES

B : PORTION ENFANTS

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri	x	
Œufs		Moutarde		
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja		Lupin		
lait		Mollusque		

## Réutilisable

## Des restes

## H .O ↑ P.C

## Composition pour portion :

100

## Composants :

Courgettes rondelles crue  
 Persil haché  
 Sel fin  
 Poivre gris moulu

## Calibre

A

30 kg  
 0.250kg  
 0.030kg  
 0.010kg

## Calibre

B

## Décoration :

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

# Épinard à la crème

A : PORTION ADULTES

B : PORTION ENFANTS

<u>Réutilisable</u>	<u>Composition pour portion :</u>	<u>Calibre</u>	<u>Calibre</u>
<u>Des restes</u>	100	A	B
<u>H .O</u> ↑ <u>P.C</u>	<u>Composants :</u>		
	Lait	3 L	
	Crème fraîche épaisse	2 L	
	Margarine	0.250kg	
	Épinard	35 kg	
	Sel fin	0.030kg	
	Muscade moulue	0.005kg	
	Poivre gris moulue	0.010kg	
	Farine	0.250kg	

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten	x	Fruits à coque		
Crustacés		Céleri	x	
Œufs		Moutarde		
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja	x	Lupin		
lait	x	Mollusque		

Décoration :

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

# Haricots beurre

A : PORTION ADULTES

B : PORTION ENFANTS

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri		
Œufs		Moutarde		
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja		Lupin		
lait		Mollusque		

## Réutilisable

## Des restes

## H .O ↑ P.C

## Composition pour portion :

100

## Composants :

Haricot beurre très fin

Huile olive

Sel fin

Poivre gris moulu

## Calibre

A

20 kg

1 L

0.030kg

0.010kg

## Calibre

B

## Décoration :

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

# Lentilles ménagères

A : PORTION ADULTES

B : PORTION ENFANTS

<u>Réutilisable</u>	<u>Composition pour portion :</u>	<u>Calibre</u>	<u>Calibre</u>
<u>Des restes</u>	100	A	B
<u>H. O</u> ↑ <u>P.C</u>	<u>Composants :</u>		
	Lardons fumés	3 kg	
	Margarine	1 kg	
	Carotte rondelle	2 kg	
	Oignon	3 kg	
	Sel fin	0.030kg	
	Poivre gris moulu	0.010kg	
	Bouquet garni	0.020kg	
	Lentilles blondes	10 kg	
<u>Décoration :</u>			

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri	x	
Œufs		Moutarde		
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja	x	Lupin		
lait		Mollusque		

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

# Pomme de terre wedges

A : PORTION ADULTES

B : PORTION ENFANTS

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri		
Œufs		Moutarde	x	
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja		Lupin		
lait		Mollusque		

RéutilisableDes restesH. O ↑ P.CComposition pour portion :

100

Composants :Pomme quartier avec peau  
Huile colzaCalibre

A

30 kg  
7.500LCalibre

B

Décoration :

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

# Ratatouille niçoise

A : PORTION ADULTES

B : PORTION ENFANTS

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri	X	
Œufs		Moutarde		
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja		Lupin		
lait		Mollusque		

<u>Réutilisable</u> <u>Des restes</u> <u>H .O</u> ↑ <u>P.C</u>	<u>Composition pour portion :</u> 100 <u>Composants :</u> Légumes ratatouille Ail haché Sel fin Poivre gris moulu	<u>Calibre</u> A	<u>Calibre</u> B
<u>Décoration :</u>			

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

# Riz pilaf

A : PORTION ADULTES

B : PORTION ENFANTS

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri	X	
Œufs		Moutarde	X	
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja		Lupin		
lait	X	Mollusque		

Réutilisable  
Des restes  
H. O ↑ P.C

## Composition pour portion :

100

## Composants :

Riz us	6 KG
Oignon	2.5 KG
Huile de colza	1 L
Bouquet garni	0.020KG
Sel fin	0.030KG
Poivre gris moulu	0.010KG
Beurre	0.500KG

## Décoration :

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

## Ecrasé pomme de terre

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri		
Œufs		Moutarde		
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja		Lupin		
lait	x	Mollusque		

Réutilisable  
Des restes  
H.O ↑ P.C

Composition pour 1  
portion :

Composants :  
**Pomme de terre GT**  
**Thym/laurier sachet**  
**Beurre**  
**Persil ss vide**  
**Sel fin**  
**Poivre gris moulu**  
**Crème fraîche épaisse**

Calibre  
A  
B

30KG  
1 U  
2 KG  
1 U  
0.030KG  
0.010KG  
2 KG

Décoration :

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :

# Quinoa

A	LIPIDES	GLUCIDES	PROTIDES	CALORIES
B				
Présence d'allergènes				
Gluten		Fruits à coque		
Crustacés		Céleri	x	
Oeufs		Moutarde		
Poissons		Sésame		
Arachides		Anh. Sulfureux, sulfites		
Soja		Lupin		
lait		Mollusque		

Réutilisable  
Des restes  
H .O ↑ P.C

Composition pour 1 portion :

Composants :

Quinoa  
Brunoise provençale  
Curry  
Eau  
Huile d'olive

Calibre  
A

Calibre  
B

10kg  
5kg  
0.1kg  
10L  
0.1L

Décoration :

R

ASSAISONNEMENT EN CHAINE :