## PRALONG - PRIMAIRES
## Le 02/11/2026

| Plats | Ingrédients | Allergènes |
|---|---|---|
| Carottes Bio râpées | Carotte | |
| Kiwi Bio | Kiwi | |
| Lentilles Bio à l'indienne | Coriandre, Cumin, Curry, Ail, Huile, Sel fin, Noix de Coco, Tomate, Oignon, Lentille verte | Moutarde, Sulfites |
| Petit moulé nature | Spécialité fromagère | Lait |
| Riz Bio Pilaf | Oignon, Sel fin, Riz long, Huile, Eau | |
| Vinaigrette | Huile, Sel fin, Moutarde, Vinaigre de vin, Eau | Moutarde, Sulfites |

## PRALONG - PRIMAIRES
## Le 03/11/2026

| Plats | Ingrédients | Allergènes |
|---|---|---|
| Emincé de cuisse de poulet | Emincé de poulet | Lait |
| Filet de colin d'Alaska MSC | Colin | Poissons |
| Petits pois CE2 | Oignon, Petit pois, Sel fin, Huile, Eau | |
| Pommes région | Pomme | |
| Salade de pépinettes | Huile, Sel fin, Pépinettes | Gluten |
| Sauce tomate | Ail, Carotte, Oignon, Tomate, Farine de blé, Huile, Sucre semoule, Fond brun, Eau, Sel fin | Gluten |
| Sauce tomate | Ail, Carotte, Tomate, Oignon, Farine de blé, Sucre semoule, Fumet de poisson, Huile, Eau, Sel fin | Gluten, Poissons |
| Vinaigrette au pesto | Sel fin, Moutarde, Vinaigre de vin, Huile, Sauce pesto, Eau | Fruits à coques, Lait, Moutarde, Oeufs, Sulfites |
| Yaourt arôme poire Bio GAEC des 2 rivières | Yaourt aromatisé | Lait |

## PRALONG - PRIMAIRES
## Le 05/11/2026

| Plats | Ingrédients | Allergènes |
|---|---|---|
| Banane Bio | Banane | |
| CC Lasagnes aux épinards et féta AOP | Lasagnes à garnir, Fromage, Epinard, Eau, Lait en poudre, Sel fin, Poivre blanc, Huile, Farine de blé, Muscade, Ail, Feta, Oignon, Huile, Oeuf liquide entier | Gluten, Lait, Oeufs |
| Gouda Bio | Gouda | Lait |
| Lasagnes au boeuf | Ail, Carotte, Tomate, Oignon, Fromage, Boeuf Haché, Sel fin, Farine de blé, Sucre semoule, Huile, Lait en poudre, Eau, Muscade, Lasagnes à garnir | Gluten, Lait |
| Salade verte | Salade et mélange de salade | |
| Vinaigrette | Vinaigre d'alcool, Sel fin, Moutarde, Huile, Eau | Moutarde, Sulfites |

# PRALONG - PRIMAIRES
## Le 06/11/2026

| Plats | Ingrédients | Allergènes |
|---|---|---|
| Compote fraîche (pomme Bio) et coing | Pomme à compote, Coing | |
| Poisson blanc meunière MSC | Poisson meunière | Gluten, Lait, Oeufs, Poissons |
| Salade de pommes de terre, maïs et cornichons | Pomme de terre, Maïs, Cornichon | |
| Suisse sucré | Fromage blanc | Lait |
| Vinaigrette au fromage frais régional (Papilles d'Ardèche) | Fromage blanc, Sel fin, Moutarde, Vinaigre de vin, Huile, Eau, Fromage frais | Lait, Moutarde, Sulfites |
| Épinards à la Béchamel | Huile, Farine de blé, Eau, Lait en poudre, Sel fin, Muscade, Epinard | Gluten, Lait |