FICHE D'INFORMATION POUR LES CONSOMMATEURS

ATELIER RHONE-ISERE 4005

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

FR 26.281.002 CE

DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 5 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Salade verte batavia Bio, carottes rapées Bio et maïs Bio

Allergènes : SULFITES

Poids Net : 30 g

Ingrédients : Salade batavia* (49 %), Carotte*, Maïs* [maïs doux en grains*, eau, sel de mer], Jus de citron [jus de citron, E224]

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	44 KCal
	186 KJ
Lipides	1,102 g
- dont acides gras saturés	0,228 g
Glucides	6,725 g
- dont sucres	3,624 g
Protéines	1,9 g
SEL	0,179 g

Bolognaise de thon MSC

Allergènes : POISSONS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 02/05/2025 A consommer jusqu'au : 07/05/2025

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

Steak haché VF Bio tomate origan

Poids Net : 70 g

Fabriqué le : 02/05/2025 A consommer jusqu'au : 06/05/2025

Ingrédients : Viande bovine* (53 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Purée de tomates [tomates], Oignons, Carottes, Farine de riz, Ail, Sel , Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sucre, Feuilles d'origan

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	256 KCal
	1071 KJ
Lipides	15,613 g
- dont acides gras saturés	6,886 g
Glucides	7,008 g
- dont sucres	3,12 g
Protéines	21,93 g
SEL	0,721 g

Coquillettes Bio

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 02/05/2025 A consommer jusqu'au : 07/05/2025

Ingrédients : Pâte coquillette* [semoule de blé dur*] (76 %), Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], Beurre, Huile de colza, Sel

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	202 KCal
	843 KJ
Lipides	7,692 g
- dont acides gras saturés	3,277 g
Glucides	27,322 g
- dont sucres	1,761 g
Protéines	5,761 g
SEL	0,603 g

Flan chocolat BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Flan chocolat* [lait entier*, sucre de canne*, cacao en poudre*, lait écrémé en poudre*, amidon de maïs, beurre et pâte de cacao* , crème*, E407, protéines de lait*] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	120 KCal
	502 KJ
Lipides	4 g
- dont acides gras saturés	2,5 g
Glucides	17 g
- dont sucres	15 g
Protéines	4 g
SEL	0,2 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 Mardi 6 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Salade de lentilles

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Lentilles CE2 [lentilles, eau, sel, arôme naturel, E509] (100 %)

Notre tortilla Bio

Allergènes : OEUFS

Poids Net : 82 g

Fabriqué le : 05/05/2025 A consommer jusqu'au : 10/05/2025

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

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	190 KCal
	795 KJ
Lipides	11,712 g
- dont acides gras saturés	2,277 g
Glucides	12,898 g
- dont sucres	0,958 g
Protéines	8,293 g
SEL	0,61 g

Epinards Bio moulinés

Allergènes : LAIT

Poids Net : 110 g

Fabriqué le : 05/05/2025 A consommer jusqu'au : 09/05/2025

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

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	77 KCal
	324 KJ
Lipides	4,274 g
- dont acides gras saturés	2,578 g
Glucides	7,674 g
- dont sucres	0,459 g
Protéines	2,072 g
SEL	0,767 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 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

FR 26.281.002 CE

DEJEUNER PRIMAIRE du Vendredi 9 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Filet de merlu MSC sauce basilic

Allergènes : POISSONS

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 07/05/2025 A consommer jusqu'au : 12/05/2025

Ingrédients : Merlu (55 %), Eau, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Purée de tomates [tomates], Oignons, Carottes, Farine de riz, Basilic, Ail, Sel , Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sucre, Herbes de Provence

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	119 KCal
	499 KJ
Lipides	2,741 g
- dont acides gras saturés	0,677 g
Glucides	6,848 g
- dont sucres	2,727 g
Protéines	16,836 g
SEL	0,88 g

Riz de Camargue IGP Bio

Allergènes : LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 07/05/2025 A consommer jusqu'au : 11/05/2025

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

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	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.

Coulommiers BIO à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 18 g

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

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	257 KCal
	1073 KJ
Lipides	19,444 g
- dont acides gras saturés	14,583 g
Glucides	0,972 g
- dont sucres	0,681 g
Protéines	19,444 g
SEL	1,653 g

Pomme bicolore BIO

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Fruit de saison* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	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

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 Lundi 12 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Thon MSC mayonnaise

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS, POISSONS

Poids Net : 250 g

Ingrédients : Thon au naturel [thon, eau, sel] (75 %), Mayonnaise allégée [eau, huile de colza, vinaigre, E1404, graines de moutarde, sel, E330, E224, sucre, jaune d'oeuf, E270, E415, E202, arôme, E161b, E385]

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	47 KCal
	196 KJ
Lipides	2,342 g
- dont acides gras saturés	0,231 g
Glucides	0,709 g
- dont sucres	0,297 g
Protéines	5,734 g
SEL	0,429 g

Salade de haricots verts Bio et maïs

Poids Net : 250 g

Ingrédients : Haricots verts* [haricots verts*, eau, sel de mer] (66 %), Maïs CE2 [maïs doux en grains, eau, sel] (34 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	27 KCal
	113 KJ
Lipides	0,626 g
- dont acides gras saturés	0,117 g
Glucides	3,983 g
- dont sucres	1,445 g
Protéines	1,337 g
SEL	0,417 g

Carré fromager Bio à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Carré frais* [lait*, présure*, sel, ferments lactiques] (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.

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 energétiques	93 KCal
	389 KJ
Lipides	0,7 g
- dont acides gras saturés	0,4 g
Glucides	19,2 g
- dont sucres	17,6 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

FR 26.281.002 CE

DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 13 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Salade verte batavia Bio

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Salade batavia* (100 %)

Ragoût de boeuf VF Bio et lentilles Bio

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 12/05/2025 A consommer jusqu'au : 17/05/2025

Ingrédients : Emincé de boeuf* (52 %), Eau, Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de mais*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], Carottes*, Oignons*, Lentilles vertes*, Farine de riz, Persil plat, Ail, Sel , Huile de colza, Herbes de Provence, Poivre noir, Laurier

Ragout de lentilles

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 12/05/2025 A consommer jusqu'au : 17/05/2025

Ingrédients : Eau (46 %), Lentilles vertes, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Carottes, Oignons, Farine de riz, Huile de colza, Persil plat, Ail, Sel , Herbes de Provence, Laurier, Poivre noir

Boulgour Bio

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 12/05/2025 A consommer jusqu'au : 16/05/2025

Ingrédients : Boulgour* (80 %), Huile de colza, Beurre, Sel , Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	171 KCal
	713 KJ
Lipides	7,494 g
- dont acides gras saturés	2,041 g
Glucides	21,605 g
- dont sucres	0,4 g
Protéines	4,204 g
SEL	0,516 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 blanc nature Bio et confiture de fraise

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Fromage blanc nature* [lait de vache entier pasteurisé*, présure, ferments lactiques] (90 %), Confiture de fraise [sirop de glucose-fructose, fraises, sucre, E440, E330]

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 Jeudi 15 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Salade de betteraves BIO

Poids Net : 65 g

Ingrédients : Betteraves rouges* (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	47 KCal
	196 KJ
Lipides	0,5 g
- dont acides gras saturés	0,1 g
Glucides	10 g
- dont sucres	8 g
Protéines	0,6 g
SEL	0,06 g

Filet de hoki MSC à l'huile d'olive

Allergènes : POISSONS

Poids Net : 70 g

Fabriqué le : 14/05/2025 A consommer jusqu'au : 19/05/2025

Ingrédients : Hoki (90 %), Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sel , Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	288 KCal
	1202 KJ
Lipides	20,457 g
- dont acides gras saturés	3,386 g
Glucides	0,006 g
- dont sucres	0 g
Protéines	25,844 g
SEL	0,363 g

Jambon VF blanc Label Rouge

Poids Net : 68 g

Ingrédients : Jambon Label rouge [jambon de porc fermier plein air, eau, sel, arôme naturel, sucre, extrait de carotte, extrait d'épices et herbes aromatiques, E301, E250] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	94 KCal
	392 KJ
Lipides	2,382 g
- dont acides gras saturés	0,882 g
Glucides	0,441 g
- dont sucres	0,441 g
Protéines	17,647 g
SEL	1,676 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.

Purée de pommes de terre BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 200 g

Fabriqué le : 14/05/2025 A consommer jusqu'au : 18/05/2025

Ingrédients : Eau (81 %), Flocon de pdt*, Crème fraiche épaisse* [crème de lait pasteurisée*, ferments lactiques], Sel , Muscade

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	70 KCal
	291 KJ
Lipides	1,985 g
- dont acides gras saturés	1,179 g
Glucides	11,871 g
- dont sucres	0,398 g
Protéines	1,091 g
SEL	0,617 g

Fraises

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Fraise (95 %), Sucre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	42 KCal
	174 KJ
Lipides	0,26 g
- dont acides gras saturés	0,045 g
Glucides	9,055 g
- dont sucres	9,045 g
Protéines	0,75 g
SEL	0,007 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 16 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Pois chiches BIO et ses légumes BIO aux épices du couscous

Allergènes : CELERI

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 15/05/2025 A consommer jusqu'au : 20/05/2025

Ingrédients : Eau, Pois chiches* [pois chiches*, sel, arôme naturel], Courgettes*, Carottes*, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Oignons, Navet blanc*, Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Tomates concentrées*, Céleri, Sel , Coriandre, Sucre, Razelhanout [coriandre, curcuma, fenouil, fenugrec, romarin], Gingembre, Paprika, Cumin, Poivre noir

Semoule Bio

Allergènes : GLUTEN

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 15/05/2025 A consommer jusqu'au : 20/05/2025

Ingrédients : Eau (45 %), Semoule couscous* [Semoule de blé dur *] (45 %), Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sel

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	249 KCal
	1040 KJ
Lipides	10,202 g
- dont acides gras saturés	1,117 g
Glucides	33,986 g
- dont sucres	1,442 g
Protéines	5,29 g
SEL	0,569 g

Brie à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 23 g

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

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	302 KCal
	1264 KJ
Lipides	24,457 g
- dont acides gras saturés	17,217 g
Glucides	1,957 g
- dont sucres	1,957 g
Protéines	18,587 g
SEL	1,565 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.

Purée de pommes BIO

Poids Net : 100 g

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

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

ATELIER RHONE-ISERE 4005
Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE

FR 26.281.002 CE

DEJEUNER PRIMAIRE du Lundi 19 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Oeuf dur BIO mayonnaise

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS, SULFITES

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Oeuf dur* [oeufs*, E270] (84 %), Mayonnaise allégée [eau, huile de colza, vinaigre, E1404, graines de moutarde, sel, E330, E224, sucre, jaune d'oeuf, E270, E415, E202, arôme, E161b, E385]

Quenelles natures Bio sauce tomate

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 16/05/2025 A consommer jusqu'au : 20/05/2025

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 riz, Basilic, Ail, Sel , Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Sucre, Herbes de Provence

Courgettes fraiches à la parmesane Bio

Allergènes : LAIT

Poids Net : 100 g

Fabriqué le : 16/05/2025 A consommer jusqu'au : 21/05/2025

Ingrédients : Courgette* (57 %), Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de mais*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], Eau, Huile de colza, Oignons*, Parmesan AOP [lait, sel, présure], Sel , Ail, Sucre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	100 KCal
	419 KJ
Lipides	6,791 g
- dont acides gras saturés	1,662 g
Glucides	6,819 g
- dont sucres	5,839 g
Protéines	2,974 g
SEL	1,475 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 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

FR 26.281.002 CE

DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 20 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Salade de tomates

Poids Net : 80 g

Ingrédients : Tomate (100 %)

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

Paëlla de dinde VF Bio

Allergènes : GLUTEN, CRUSTACES, MOLLUSQUES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 19/05/2025 A consommer jusqu'au : 24/05/2025

Ingrédients : Eau (35 %), Emincé de cuisse de dinde*, Riz de camargue rond*, Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de mais*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], Poivrons rouges et verts, Petits pois*, Crevette décortiquée [crevettes, eau, sel, E160c, E330, E331], Moules, Oignons, Huile de colza, Persil plat, Ail, Sel , Curcuma, Paprika, Herbes de Provence, Poivre noir

Paëlla végétarienne

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 19/05/2025 A consommer jusqu'au : 24/05/2025

Ingrédients : Eau (52 %), Riz de camargue IGP, Sauce tomate aromatisée [purée de tomate, E1422, sel, huile de tournesol, sucre, origan], Poivrons rouges et verts, Petits pois CE2, Oignons, Huile de colza, Persil plat, Ail, Sel , Herbes de Provence, Curcuma, Paprika, Poivre noir

Liégeois vanille

Allergènes : LAIT

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Liégeois à la vanille [lait entier, lactose, minéraux du lait, crème, sucre, amidon modifié, E407, E415, E472b, arôme, arôme naturel de vanille, E160b, E150a, protéines de lait] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	130 KCal
	543 KJ
Lipides	5,8 g
- dont acides gras saturés	3,8 g
Glucides	17,4 g
- dont sucres	15,6 g
Protéines	2 g
SEL	0,2 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 Jeudi 22 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Filet de merlu MSC vierge

Allergènes : POISSONS, SULFITES

Poids Net : 80 g

Fabriqué le : 21/05/2025 A consommer jusqu'au : 26/05/2025

Ingrédients : Merlu (88 %), Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Tomates, Eau, Oignons, Jus de citron [jus de citron, E224], Basilic, Sel , Poivre noir

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	155 KCal
	648 KJ
Lipides	9,712 g
- dont acides gras saturés	1,502 g
Glucides	0,878 g
- dont sucres	0,119 g
Protéines	16,048 g
SEL	0,319 g

Rôti de porc VF au jus

Allergènes : GLUTEN

Poids Net : 60 g

Fabriqué le : 21/05/2025 A consommer jusqu'au : 24/05/2025

Ingrédients : Rôti de porc [Viande de porc, sel] (71 %), Eau, Oignons, 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], Ail, Farine de riz, Sel , Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Herbes de Provence, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	218 KCal
	911 KJ
Lipides	11,625 g
- dont acides gras saturés	3,857 g
Glucides	1,481 g
- dont sucres	0,297 g
Protéines	26,846 g
SEL	1,848 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.

Purée de carottes BIO

Allergènes : LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 21/05/2025 A consommer jusqu'au : 26/05/2025

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

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	65 KCal
	273 KJ
Lipides	2,029 g
- dont acides gras saturés	1,188 g
Glucides	10,721 g
- dont sucres	1,498 g
Protéines	1,054 g
SEL	0,527 g

Saint Marcellin IGP à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

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

Fraises

Poids Net : 100 g

Ingrédients : Fraise (95 %), Sucre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	42 KCal
	174 KJ
Lipides	0,26 g
- dont acides gras saturés	0,045 g
Glucides	9,055 g
- dont sucres	9,045 g
Protéines	0,75 g
SEL	0,007 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 23 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Sirop de fraises

Poids Net : 15 g

Ingrédients : Sirop de fraise [Sirop de glucose-fructose, sucre, eau, jus de fraise, citron, sureau, E330, arôme] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	286 KCal
	1198 KJ
Lipides	0,5 g
- dont acides gras saturés	0,1 g
Glucides	70 g
- dont sucres	70 g
Protéines	0,5 g
SEL	0,01 g

Coleslaw de courgettes BIO sauce cocktail

Allergènes : GLUTEN, OEUFS

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 22/05/2025 A consommer jusqu'au : 26/05/2025

Ingrédients : Carotte* (44 %), Courgette*, 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]

Pépites de colin panées MSC et citron

Allergènes : GLUTEN, POISSONS

Poids Net : 96 g

Fabriqué le : 22/05/2025 A consommer jusqu'au : 26/05/2025

Ingrédients : Pépite de poisson pané aux céréales [filets de colin msc 70%, farine de blé et maïs, sel, extrait de paprika et curcumine, flocons de blé et d'avoine et de riz, huiles de tournesol et colza, eau, amidon modifié de maïs et pdt, gluten de blé] (86 %), Citron

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	170 KCal
	712 KJ
Lipides	6,247 g
- dont acides gras saturés	6,214 g
Glucides	13,983 g
- dont sucres	0,944 g
Protéines	14,525 g
SEL	0,621 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.

Frites au four

Poids Net : 170 g

Ingrédients : Frites à four [pommes de terre, huile de tournesol, dextrose, E450(i)] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	136 KCal
	568 KJ
Lipides	3,9 g
- dont acides gras saturés	0,4 g
Glucides	22,6 g
- dont sucres	1,1 g
Protéines	2,6 g
SEL	0,12 g

Moelleux aux pommes tonka

Allergènes : GLUTEN, LAIT, OEUFS

Poids Net : 60 g

Fabriqué le : 22/05/2025 A consommer jusqu'au : 27/05/2025

Ingrédients : Tranches de pommes au sirop [tranches de pommes, sucre] (34 %), Farine de blé, Sucre, Oeufs, Fromage blanc nature [lait de vache entier pasteurisé, présure, ferments lactiques], Huile de colza, , Bicarbonate de sodium, Feve de tonka

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	281 KCal
	1174 KJ
Lipides	12,705 g
- dont acides gras saturés	2,458 g
Glucides	37,33 g
- dont sucres	21,923 g
Protéines	4,326 g
SEL	0,27 g

Mayonnaise

Allergènes : MOUTARDE, OEUFS

Poids Net : 10 g

Ingrédients : Mayonnaise allégée [eau, huile de colza, vinaigre, E1404, graines de moutarde, sel, E330, E224, sucre, jaune d'oeuf, E270, E415, E202, arôme, E161b, E385] (100 %)

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	264 KCal
	1105 KJ
Lipides	26 g
- dont acides gras saturés	2,2 g
Glucides	7,1 g
- dont sucres	3,3 g
Protéines	0,5 g
SEL	2,2 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 Lundi 26 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Bolognaise de lentilles Bio

Allergènes : CELERI

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 23/05/2025 A consommer jusqu'au : 28/05/2025

Ingrédients : Eau (45 %), Lentilles vertes*, Sauce tomate aromatisée* [tomate*, amidon de mais*, sel*, huile de tournesol*, sucre*, origan*], Tomates concentrées*, Farine de riz, Carottes*, Oignons*, Huile de colza, Céleri, Sucre, Sel , Persil plat, Ail, Herbes de Provence, Poivre noir, Laurier

Macaronis Bio

Allergènes : GLUTEN, LAIT

Poids Net : 170 g

Fabriqué le : 23/05/2025 A consommer jusqu'au : 28/05/2025

Ingrédients : Pâte macaroni* [semoule de blé dur*] (76 %), Emmental râpé* [lait de vache*, sel, ferments lactiques, coagulant*], Beurre, Huile de colza, Sel

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	202 KCal
	843 KJ
Lipides	7,692 g
- dont acides gras saturés	3,277 g
Glucides	27,322 g
- dont sucres	1,761 g
Protéines	5,761 g
SEL	0,603 g

Bûche de chèvre BIO à la coupe

Allergènes : LAIT

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Bûche de chêvre* [lait de chèvre pasteurisé*, sel, ferments lactiques, ferments fongiques, coagulant] (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 fraises et cassis BIO

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Purée pomme fraise cassis* [pomme*, fraise*, cassis*, 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.

ATELIER RHONE-ISERE 4005
Terres de Cuisine
2 Bis rue Nicolas Appert
26100 ROMANS SUR ISERE

FR 26.281.002 CE

DEJEUNER PRIMAIRE du Mardi 27 Mai 2025

MAUVES ECOLE 4499

Salade de blé BIO au pesto

Allergènes : GLUTEN, LAIT, SULFITES

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 26/05/2025 A consommer jusqu'au : 30/05/2025

Ingrédients : Blé dur* (57 %), Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Basilic, Parmesan AOP [lait, sel, présure], Jus de citron [jus de citron, E224], Ail, Sel , Sel , Poivre noir

Axoa de thon MSC

Allergènes : POISSONS

Poids Net : 105 g

Fabriqué le : 26/05/2025 A consommer jusqu'au : 31/05/2025

Ingrédients : Thon au naturel msc [thon, eau, sel] (42 %), 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 riz, Huile de colza, Sel , Ail, Feuilles d'origan, Poivre noir, Paprika, Laurier

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	74 KCal
	310 KJ
Lipides	1,288 g
- dont acides gras saturés	0,348 g
Glucides	4,519 g
- dont sucres	1,626 g
Protéines	11,149 g
SEL	1,103 g

Wok de boeuf VF et lentilles corail

Allergènes : SOJA

Poids Net : 105 g

Fabriqué le : 26/05/2025 A consommer jusqu'au : 31/05/2025

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 riz, Sauce soja sucrée [eau, sucrose, sucre brun, fève de soja, riz, sel,

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.

amidon de maïs], Oignons, Sel , Ail, Coriandre, Huile de colza, Curcuma, Paprika, Gingembre

Déclaration nutritionnelle	Pour 100 g
Valeurs energétiques	154 KCal
	643 KJ
Lipides	6,646 g
- dont acides gras saturés	2,456 g
Glucides	7,369 g
- dont sucres	2,374 g
Protéines	16,155 g
SEL	0,682 g

Haricots verts BIO

Poids Net : 0 g

Fabriqué le : 26/05/2025 A consommer jusqu'au : 30/05/2025

Ingrédients : Haricots verts* (94 %), Huile mélange [80% huile de tournesol, 20% huile d'olive, vitamine D], Ail, Sel , Curcuma

Beignet au chocolat

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

Poids Net : 0 g

Ingrédients : Beignet au chocolat [farine de blé, eau, oeuf entier, huile de tournesol, E471, E472e, sel, E450, E500, gluten de blé, E300, levure, sucre, jaune d'oeuf, E160a, huile de tournesol, cacao maigre, lait écrémé, lactose, beurre de cacao, noisettes, E322, arôme naturel de vanille] (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.