



Liste des allergènes petits bocaux

Produits et plat du menu	Régimes alimentaires	Céréales contenant du Gluten	Lait	Œuf	Sésame	Fruits à coque	Céleri	Moutarde	Soja	Poisson
Plats froids										
Gaspacho	végan/sans gluten/sans lactose									
Salade de quinoa, houmous haricot rouge et pois chiches croustillants	végan/sans gluten/sans lactose									
Farfalles au pesto de roquette, fromage de chèvre	végétarien	•	•	•						
Salade duo de carottes	végan/sans gluten/sans lactose						•	•		
Plats chauds										
Beignets de choucroute, crème raifort	végétarien	•	•	•						
Moussaka	végétarien	•	•							
Quiche déstructurée de courgettes et tomates séchées	végétarien	•	•	•						
Polenta crémeuse et poêlée de légumes du soleil	végan/sans gluten/sans lactose						•			
Galettes de pommes de terre et bibeleskaes	végétarien/sans gluten		•	•						
Poulet basquaise et pommes de terre rôties au thym	sans gluten/sans lactose									
Risotto à l'orge perlé, truite grillée et crème de petit pois à la menthe		•	•							•
Desserts										
Panna cotta coulis de fruits rouges	végan/sans gluten/sans lactose									
Crumble de pommes et myrtille	végétarien	•	•							
Salade de fruits	végan/sans gluten/sans lactose									
Compotée d'abricot au romarin sur mousse de fromage blanc	végétarien		•							



Une question ? Contactez-nous ! 06 56 71 77 97 - contact@lacuisinededemain.com - lacuisinededemain.com

Plats froids

Gaspacho

(végan/sans gluten/sans lactose)

Tomate, oignon, melon, concombre, ail, basilic, vinaigre, graines tournesol et courge

Allergènes : ail

Salade de quinoa, houmous haricot rouge et pois chiche croustillant

(végétarien)

Quinoa, aubergine, poivron, courgette, tomate, oignon, ail, romarin, thym, citron, pois chiche, haricot rouge, huile d'olive

Allergènes : ail

Farfalle au pesto de roquette, fromage de chèvre

(végétarien)

Pâte, roquette, persil, crème, huile d'olive, ail, graines de tournesol, tomate séchée, fromage de chèvre

Allergènes : ail

Salade duo de carottes

(vegan, sans gluten, sans lactose)

Carotte blanche, carotte orange, citron, ciboulette, oignon, persil, huile de tournesol, vinaigre, moutarde

Allergènes : moutarde

Plats chauds

Moussaka

(végétarien)

aubergine, ail, oignon, lentille, tomate, lait, beurre, farine, thym, comté, cannelle

Allergènes : ail, lactose, céréales contenant du gluten

Beignets de choucroute, crème raifort

(végétarien)

Choucroute, oignon, farine, œuf, ail, coriandre, paprika, levure chimique, crème, maizena

Allergènes : ail, œuf, lactose

Quiche déstructurée de courgette et tomate séchée

(végétarien)

courgette, tomate séchée, œuf, lait, maizena, beurre, farine, oignon, ail, origan, thym

Allergènes : ail, céréales contenant du gluten, lactose

Polenta crémeuse et poêlée de légumes du soleil

(vegan, sans lactose)

Aubergine, poivron, courgette, tomate, oignon, ail, romarin, thym, citron, laurier, polenta, céleri, crème végan

Allergènes : céleri, ail

Galette de pommes de terre et bibeleskaes

(végétarien)

Pomme de terre, oignon, persil, œuf, farine, ail, muscade, fromage blanc, ciboulette

Allergènes : ail, œuf, céréales contenant du gluten, lactose

Poulet basquaise et pommes de terre rôties au thym

(sans gluten/sans lactose)

Poulet, poivron, oignon, ail, tomate, thym, laurier, origan, piment, pomme de terre, huile de tournesol

Allergènes : ail

Risotto à l'orge perlé, truite grillée et crème de petit pois à la menthe

(sans gluten)

Orge perlé, bouillon de légumes, oignon, ail, crème, petit pois, menthe, truite

Allergènes : poisson, lactose, ail, céréales contenant du gluten

Desserts

Panna cotta coulis de fruits rouges

(végan/sans gluten/sans lactose)

Crème végan, agar agar, sucre, fruits rouge

Allergènes : aucun

Crumble de pommes et myrtille

(végétarien)

Pomme, myrtille, sucre, beurre, farine

Allergènes : lactose, céréales contenant du gluten

Salade de fruits

(végan/sans gluten/sans lactose)

Fruits de saison

Allergènes : aucun

Compotée d'abricot au romarin sur mousse de fromage blanc

(végétarien)

Abricot, romarin, crème, fromage blanc, sucre

Allergènes : lactose