

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PRODUIT CÉRÉALIER		Bagnat gris Bl Se kcal	Pain empereur blanc Bl Se CO₂ 180 kcal	Baguette blanche Bl CO₂ 125 kcal	Pain gris Bl Au CO₂ 126 kcal	Grissini Bl CO₂ 422 kcal
			Jambon de dinde CO₂ 29 kcal	Oeufs durs CO₂ 50 kcal	Pâte a tartiner chocolat CO₂ 94 kcal	
PRODUIT LAITIER		Chevretine CO₂ 61 kcal	LAIT BIO GA CO₂ 46 kcal	Gouda CO₂ 123 kcal	LAIT BIO GA CO₂ 46 kcal	Chanteneige CO₂ kcal
GOÛTER FRUIT/EAU		Fruit CO₂ 15 kcal	Fruit CO₂ 15 kcal	Concombre CO₂ 4 kcal	Fruit CO₂ 15 kcal	Fruit CO₂ 15 kcal
		Eau CO₂ 0 kcal				

Légende



Viande,
abats,
graisse,
gélatine, etc



Volaille



Lait



Lactose



Oeufs



Gluten



Soja

Au=Autres céréales contenant du gluten Se=Seigle Bl=Blé

		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
PRODUIT CÉRÉALIER [FR]		Brown bagnat 🐄🌾 Wh Ry 🌱 15 kcal	White bread Empereur 🐄🌾 Wh Ry 🌱🍷🐟🚚 180 kcal	White bread stick 🌾 Wh 🌱🍷🐟🚚 125 kcal	Brown bread 🌾🥚 Wh Ot 🌱🍷🐟🚚 126 kcal	Grissini 🐄🌾 Wh 🌱🍷🐟🚚 422 kcal
			Turkey ham 🌱 29 kcal	Hard-boiles eggs 🥚🥚 🌱🍷🐟🚚 50 kcal	Chocolate spread 🥚 🌱🍷🐟🚚 94 kcal	
PRODUIT LAITIÉ [FR]		Chevretine 🐄 🌱🍷🐟🚚 61 kcal	Organic milk GA 🐄 🌱🍷🐟🚚 46 kcal	Gouda 🐄 🌱🍷🐟🚚 123 kcal	Organic milk GA 🐄 🌱🍷🐟🚚 46 kcal	Chanteneige 🐄
GOÛTER FRUIT/EAU [FR]		Fruit 🌱 15 kcal	Fruit 🌱 15 kcal	Cucumber 🌱 4 kcal	Fruit 🌱 15 kcal	Fruit 🌱 15 kcal
		Water 🌱 0 kcal				

Legend

- 

Meat, offal,
fat, gelatin,
etc.
- 

Poultry
- 

Milk
- 

Lactose
- 

Eggs
- 

Gluten
- 

Soy

Ot=Other cereals containing gluten Ry=Rye Wh=Wheat