

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PRODUIT CÉRÉALIER	Pain empereur BlSe 155 kcal	Pistolet Bl 130 kcal	Wraps Bl kcal	Pain gris BlAu 126 kcal	Grissini Bl 422 kcal
	Beurre non salé kcal	Pate de speculoos Bl kcal	Taponade de tomate kcal	Jambon de dinde 29 kcal	
PRODUIT LAITIER	Yaourt 87 kcal	LAIT BIO GA 46 kcal	Cubes de fromage à l'huile 323 kcal	LAIT BIO GA 46 kcal	Cantafras kcal
	Fruit 15 kcal	Fruit 15 kcal	Concombre 4 kcal	Fruit 15 kcal	Fruit 15 kcal
GOÛTER FRUIT/EAU	Eau 0 kcal				

Beurre non salé

kcal

Légende



Viande,
abats,
graisse,
gélatine, etc



Volaille



Lait



Lactose



Gluten



Soja

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

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
PRODUIT CÉRÉALIER [FR]	Emperor bread roll  Wh Ry  155 kcal Unsalted butter  kcal	Pistolet  Wh  130 kcal Speculoos spread  Wh kcal	Wraps  Wh kcal SLIGRO TOMATO TAPENADE 800G [1 x 0.800 KG]  kcal	Brown bread  Wh Ot  126 kcal Turkey ham  29 kcal	Grissini  Wh  422 kcal
	Yoghurt   87 kcal	Organic milk GA   46 kcal	APETINA CHEESE CUBES BL. OIL 1.5KG [1 x 1.500 KG]   323 kcal	Organic milk GA   46 kcal	Cantafrais  kcal
	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


Gluten


Soy

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