

MARCK EN CALAISIS COMPLEXE H.SEBAN (ALSH) T 15
Le 11/08/2025

Plats	Ingrédients	Allergènes
*	Eau	
Fruit de saison	Pomme	
Gouda Bio	Gouda	Lait
Gratin de gnocchis sarde à la provençale	Gnocchis, Ratatouille , Ail, Carotte, Tomate, Eau, Muscade, Oignon, Sucre semoule, Fromage, Mozzarella, Farine de blé, Huile, Sel fin	Gluten, Lait

MARCK EN CALAISIS COMPLEXE H.SEBAN (ALSH) T 15
Le 12/08/2025

Plats	Ingrédients	Allergènes
*	Eau	
Concombre	Concombre	
Liégeois chocolat	Liégeois	Lait, Soja
Poisson blanc meunière MSC	Poisson meunière	Gluten, Lait, Oeufs, Poissons
Pommes de terre BIO vapeur	Sel fin, Pomme de terre	
Sauce bulgare	Fromage blanc, Ciboulette, Persil, Sel fin, Sucre semoule, Moutarde, Vinaigre de vin, Huile, Eau	Lait, Moutarde, Sulfites
Épinards à la béchamel	Huile, Farine de blé, Eau, Lait en poudre, Sel fin, Muscade, Epinard	Gluten, Lait

MARCK EN CALAISIS COMPLEXE H.SEBAN (ALSH) T 15
Le 13/08/2025

Plats	Ingrédients	Allergènes
*	Eau	
Fromage blanc Bio de la ferme JeanJean	Fromage blanc	Lait
Poisson et riz Bio façon paëlla	Carotte, Tomate, Oignon, Petit pois, Poivron mélange, Moule, Sel fin, Riz long, Colin d'Alaska, Riz d'or, Huile, Eau, Fruits de mer	Crustacés, Mollusques, Poissons
Poulet, chorizo et riz Bio façon paëlla	Carotte, Tomate, Oignon, Petit pois, Poivron mélange, Moule, Sel fin, Blanc de poulet, Chorizo, Riz d'or, Huile, Fruits de mer, Eau, Riz de Camargue	Crustacés, Lait, Mollusques
Tomates	Tomate	
Vinaigrette aux poivrons	Poivron vert, Sel fin, Moutarde, Vinaigre de vin, Huile, Eau	Moutarde, Sulfites
sucre	Sucre semoule	

MARCK EN CALAISIS COMPLEXE H.SEBAN (ALSH) T 15
Le 14/08/2025

Plats	Ingrédients	Allergènes
*	Eau	
Beignets de calamars à la romaine	Beignet de calamars	Gluten, Mollusques
Fruit de saison	Pomme	
Jambon blanc issu de porc Label Rouge	Jambon blanc	Lait
Laitue	Salade laitue	
Pommes de terre country	Potatoes	
Sauce tartare	Échalote, Estragon, Persil, Mayonnaise, Câpres , Cornichon	Moutarde, Oeufs, Sulfites
Vinaigrette à l'huile d'olive	Sel fin, Moutarde, Vinaigre de vin, Huile, Eau, Huile	Moutarde, Sulfites