

# Guide des Allergènes & Origines des Viandes

★ PRET ★



Nous manipulons une grande variété d'ingrédients dans nos cuisines et malgré toutes nos précautions, nous ne pouvons pas éliminer tout risque de contamination croisée dans nos produits ou dans nos boissons, et garantir l'absence totale d'allergènes. Si vous souffrez d'allergies, demandez conseil à notre Manager et consultez notre [Guide des Allergènes](#). Pour vous conseiller, nous avons élaboré ce Guide qui référence tous les allergènes réglementaires présents dans nos produits et dans nos boissons.

À l'intérieur, vous trouverez une liste de tous les produits vendus dans nos restaurants .

Si un produit contient l'un de ces ingrédients, vous trouverez le nom de l'allergène dans la case correspondante. Si vous avez du mal à trouver ce que vous cherchez, demandez conseil à notre Manager, qui sera heureux de vous aider.

Veuillez consulter ce guide régulièrement, car nos recettes changent de temps en temps. Ne vous laissez pas surprendre par la nouvelle version de votre recette favorite.

Malgré le soin que nous apportons à la précision de ce guide, il peut arriver qu'il ne puisse pas répondre à vos questions. Si vous avez besoin de plus d'informations, demandez conseil à notre Manager, contactez notre service clients à l'adresse [Customer.ServiceParis@pret.com](mailto:Customer.ServiceParis@pret.com) ou visitez notre site internet [pretamanger.fr](http://pretamanger.fr)

Nous sommes en mesure de vous conseiller sur la présence des allergènes suivants dans nos recettes :

Oeuf, Lait, Poisson, Crustacés (comme les écrevisses), Mollusques (comme les moules, les huîtres et les calamars), Noix, Sésame, Céréales contenant du gluten (blé, seigle et orge), Soja, Céleri & Céleri-rave, Moutarde, Arachides, Lupin, Dioxyde de soufre et Sulfites.

If you suffer from any allergies, please ask our Manager.



# Origines des Viandes

Nous avons trois types de viande différentes dans nos recettes :  
le boeuf, le poulet et le porc

## Boeuf

Origines: Espagne, Allemagne, Autriche

---

## Poulet

Origine: France

---

## Porc

Origine: Union Européenne  
( hors Mortadelle - Origine Italie /  
hors Bacon - Origine Royaume-Uni)

We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													28/05/2025
PRODUIT	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque
<b>Baguette &amp; Wrap</b>																
Baguette Avocat, Tomates séchées & Concassé d'olives	✓	✓					Blé									
Baguette Artichauts, Tomates & Poivrons	✓	✓					Blé									
Baguette Cheddar affiné & Chutney d'Oignons	✓	✗		Lait			Blé									
Baguette Jambon-Beurre	✗	✗		Lait			Blé					Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Baguette New Yorker	✗	✗			Œufs		Blé					Moutarde				
Baguette Poulet Bacon	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge								Poisson	
Baguette Poulet Crudité	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Baguette Thon Concombre	✗	✗			Œufs		Blé								Poisson	
Baguette Thon, Tartinade Poivrons-tomates	✗	✗		Lait			Blé								Poisson	
Baguette Saumon fumé, Concombre, Fromage nature & Aneth	✗	✗		Lait			Blé								Poisson	
Baguette Prosciutto Crudo	✗	✗		Lait			Blé									
Ciabatta Mortadelle & Stracciatella	✗	✗		Lait			Blé									
Ciabatta Mozza, Tomates & Pesto aux noix de cajou	✓	✗		Lait			Blé									Noix de Cajou
Ciabatta Prosciutto & Tomates	✗	✗		Lait			Blé									
Losange Breakfast œuf & Avocat	✓	✗			Œufs		Blé					Moutarde				
Losange Jambon-Fromage Havarti	✗	✗		Lait			Blé					Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Losange Saumon fumé & Fromage nature	✗	✗		Lait			Blé								Poisson	
Losange Thon, Concombre & Basilic	✗	✗			Œufs		Blé								Poisson	
Losange Fromage nature & Tomates séchées	✓	✗		Lait			Blé									
Pain brioché œuf & Bacon	✗	✗		Lait	Œufs		Blé					Moutarde				
Pain brioché saumon fumé et compotée de mangue	✗	✗		Lait	Œufs		Blé								Poisson	
Pain Pita Avocat & Falafels	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Pain Pita Poulet Façon Grecque	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Pain Pita Poulet façon Shawarma & Sauce au Sésame	✗	✗	Graines de sésame	Lait			Blé									
Pain Pita Poulet à la libanaise	✗	✗		Lait			Blé									
Pain Rond Avocat, Œuf, Bacon	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle, Orge									
Pain Rond Feta & Tomates séchées	✓	✗		Lait			Blé, Seigle, Orge									
Pain Rond Caprese	✓	✗		Lait			Blé, Seigle, Orge									
Wrap Avocat & Falafels	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle									
Wrap Avocat & Pignons Toastés	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle									
Wrap Poulet façon Shawarma & Sauce au Sésame	✗	✗	Graines de sésame	Lait			Blé, Seigle									
Wrap Poulet Caesar	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle, Orge								Poisson	
Wrap Vegan Houmous & Chipotle	✓	✓	Graines de sésame				Blé, Seigle									

We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES														28/05/2025
	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque	
<b>Boissons Chaudes</b>																	
Thé English Breakfast	✓	✗		Lait													
Thé Earl Grey	✓	✗		Lait													
Infusion à la Menthe	✓	✓															
Thé Vert, Thé Rooibos Vanille, Thé Maté, Thé Ceylan	✓	✓															
Espresso	✓	✓															
Lait cacaoté	✓	✗		Lait													
Chocolat chaud	✓	✗		Lait					Soja								Fruits à coque
Americano	✓	✓															
Cappuccino	✓	✗		Lait													
Caramel Latte avoine	✓	✓					Avoine										
Chai Latte	✓	✗		Lait													
Lait cacaoté- Avoine	✓	✓					Avoine										
Lait cacaoté - Coco	✓	✓															
Lait cacaoté - Soja	✓	✓							Soja								
Café filtre (dans une sélection de restaurants uniquement)	✓	✓															
Crème Chantilly	✗	✗		Lait													
Dirty Chai	✓	✗		Lait													
Fiat White	✓	✗		Lait													
Lait chaud	✓	✗		Lait													
Latte	✓	✗		Lait													
Macchiato	✓	✗		Lait													
Matcha Latte	✓	✗															
Matcha Latte riz coco	✓	✓															
Mocha	✓	✗		Lait													
Sirop GingerBread	✓	✓															
Sirop - Pumpkin Spice	✓	✓															
Sirop Chocolat Cookie	✓	✓															
Sirop de Caramel	✓	✓															
Sirop de Framboise	✓	✓															
Sirop de Rose	✓	✓															
Sirop Mandarine	✓	✓															
Sirop Passion	✓	✓															
Sirop de Noisette	✓	✓															
Sirop de Vanille	✓	✓															
Sirop Sucre de Canne	✓	✓															
Boisson Avoine	✓	✓					Avoine										
Boisson Riz - Coco	✓	✓															
Boisson Soja	✓	✓							Soja								

We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES														28/05/2025
PRODUIT	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque	
Boissons Fraîches																	
Americano glacé	✓	✓															
Badoit	✓	✓															
Bière	✓	✓					Orge, Seigle										
Café Frappé	✓	✗		Lait													
Chai Latte glacé	✓	✗		Lait													
Chocolat Frappé	✓	✗		Lait													
Chocolat Glacé	✓	✗		Lait													
Citronnade	✓	✓															
Coca Cola	✓	✗															
Coca Cola Light	✓	✗															
Coca Cola Zero	✓	✗															
Cooler Applejito	✓	✓															
Cooler Feelin Peachy	✓	✓															
Eau de source gazeuse Pret	✓	✓															
Eau de source plate Pret	✓	✓															
Evian	✓	✓															
Easy Greens	✓	✓															
Shot Gingembre & Pomme	✓	✓															
Shot Orange, Curcuma & Piment	✓	✓															
Jus de Pomme	✗	✗															
Jus d'Orange	✗	✗															
Jus d'Orange Frais	✓	✓															
Jus Carotte, Orange & Gingembre	✗	✗															
Jus Orange & Fraise	✗	✗															
Latte glacé	✓	✗		Lait													
Matcha Latte Glacé	✓	✓															
Mocha Glacé	✓	✗		Lait													
Boisson pétillante Ginger Beer	✓	✓															
Limonade Rhubarbe	✓	✓															
Boisson pétillante Pomme	✓	✓															
Eau aromatisée Canneberge & Framboise	✓	✓															
Eau aromatisée Citron & Gingembre	✓	✓															
Eau aromatisée Orange & Fruit de la Passion	✓	✓															
Eau aromatisée Thé Vert & Pêche	✓	✓															
Berries & Cherries - Fraise, Mangue, Cerise	✓	✓															
Berry Star	✓	✓															
San pellegrino	✓	✓															
Smoothie Ananas Coco	✓	✓															
Smoothie Fruits Exotiques	✗	✗															
Smoothie Fruits Rouges	✗	✗															
Peach Me Up - Mangue, Pêche, Ananas	✓	✓															
Thé vert glacé sirop framboise & citron vert	✓	✗															
Thé vert glacé sirop passion & basilic	✓	✓															
Seltzer Citron vert	✓	✓															
Seltzer Concombre	✓	✓															
Volvic	✓	✓															
Vittel	✓	✓															
Vin Blanc	✓	✓											Anhydride sulfureux ou sulfites				
Vin Rouge	✓	✓											Anhydride sulfureux ou sulfites				
Vin Rosé	✓	✓											Anhydride sulfureux ou sulfites				

We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													28/05/2025
	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque
<b>Desserts &amp; Entremets</b>																
Banane	✓	✓														
Batônnets d'Ananas	✓	✓														
Clémentine	✓	✗														
Dessert au Mascarpone et à la Vanille Bourbon & Fraise & myrtilles	✓	✗		Lait												
Duo d'agrumes	✓	✗														
Fraises & Myrtilles	✓	✓														
Mangue & Citron Vert	✓	✗														
Melon Myrtilles	✓	✓														
Pomme	✓	✗														
Salade de Fruits	✓	✓														
Cheesecake au Citron*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Entremets au Chocolat*	✓	✗		Lait					Soja							
Coco & Myrtille Bowl	✓	✓					Avoine									
Pot Coco, Tapioca & compotée de Mangue	✓	✗														
Fromage blanc 0 % à la Crème de Marrons	✓	✗		Lait												
Fromage blanc 0% Compotée Abricot et crumble	✓	✗		Lait			Blé, Avoine									
Fromage Blanc 0 %, Fraises & Granola aux copeaux de noix de coco	✓	✗		Lait			Avoine									
Fromage blanc 0 % aux Fruits Rouges	✓	✗		Lait												
Fromage Blanc 0 %, Fruits Rouges & Granola	✓	✗		Lait			Avoine									
Fromage Blanc 0 % Miel & Granola	✓	✗		Lait			Avoine									
Fromage blanc 0% Pomme Cannelle & Crumble	✓	✗		Lait			Blé, Avoine									
Petit pot Coco Chia Passion / Petit pot Coco Chia Mangue	✓	✓														
Petit pot Coco, Sunshine & Granola	✓	✓					Avoine									
Petit pot Miel	✓	✗														
Pret Porridge	✓	✗		Lait			Avoine									
Riz au Lait	✓	✗		Lait	Œufs											
Sunshine Bowl	✓	✓					Avoine									
Riz au Lait	✓	✗		Lait	Œufs											

We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													28/05/2025
	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque
<b>Recettes chaudes</b>																
Breakfast Pain brioché Omelette & Bacon	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Breakfast Pain brioché - Omelette & Fromage	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Chili Con Carne & Riz Basmati	✗	✗														
Pâtes à la sauce Bolognaise	✗	✗		Lait			Blé				Céleri		Anhydride sulfureux ou sulfites			
Couscous végétarien aux Légumes	✓	✓					Blé					Moutarde				
Croissant Jambon & fromage	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Croissant Mozzarella & Tomate	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Curry vert de légumes & riz basmati	✓	✗														
Dahl de lentilles Veggie	✓	✗														
Filet de Saumon, Quinoa & sauce crémeuse au Citron	✗	✗		Lait							Céleri				Poisson	
Pinsa Artichaut & Prosciutto	✗	✗		Lait			Blé		Soja							
Pinsa Mortadelle, Mozzarella & Pesto aux noix de cajou	✗	✗		Lait			Blé		Soja							Noix de Cajou
Pinsa Stracciatella & Pesto aux noix de cajou	✓	✗		Lait			Blé		Soja							Noix de Cajou
Hot Wrap Falafels, Cheddar & Poivrons	✓	✗		Lait			Blé, Seigle									
Hot Wrap Poulet & Piment Chipotle	✗	✗		Lait			Blé, Seigle									
Poulet Curry Coco & Riz Basmati	✗	✗							Soja							
Poulet Korma Riz basmati & sauvage	✗	✗					Blé		Soja							
Poulet, Poelée de légumes à la Coriandre & Quinoa	✗	✗									Céleri					
Poulet Tikka Masala, Riz Basmati & Sauvage	✗	✗		Lait												
Pulled Pork façon Parmentier	✗	✗		Lait												
Pad thai	✗	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja				Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Quiche lorraine	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Tarte Chèvre Épinards	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Toastie Jambon, Fromage & Moutarde	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge					Moutarde				
Toastie Pain brioché Pastrami & Cheddar	✗	✗		Lait	Œufs		Blé					Moutarde				
Toastie Pain brioché Pulled Pork & Cheddar	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Toastie Pain Brioché Veggie club	✓	✗		Lait	Œufs		Blé					Moutarde				
Toastie Mozzarella, Tomate, Poivrons	✓	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge									
Toastie Tuna Mayo	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge								Poisson	
Toastie Poulet & Chutney d'oignons	✗	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge									



We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES														28/05/2025
PRODUIT	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque	
Salades																	
Bowl Caesar & pignons de pin	✗	✗		Lait	Œufs		Blé,Orge								Poisson		
Bowl Falafel Mezze & Quinoa	✓	✗	Graines de sésame								Céleri		Anhydride sulfureux ou sulfites				
Bowl Cobb Salade & Chèvre	✗	✗		Lait	Œufs								Anhydride sulfureux ou sulfites				
Bowl fusilli & saumon	✗	✗			Œufs		Blé								Poisson		
Bowl fusilloni, Stracciatella & Pesto aux noix de cajou	✓	✗		Lait			Blé									Noix de Cajou	
Bowl fusilloni, courgettes grillées, feta & tapenade d'olives	✓	✗		Lait			Blé										
Bowl salade Poulet Pesto aux noix de cajou	✗	✗		Lait									Anhydride sulfureux ou sulfites			Noix de Cajou	
Bowl Filet de Saumon rôti, Riz noir et Persil	✗	✗					Blé		Soja						Poisson		
Bowl Saumon fumé & Riz noir	✗	✗													Poisson		
Bowl Thon, Œuf dur & Olives Kalamata	✗	✗			Œufs								Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson		
Bowl salade Avocat, Mozzarella & Tapenade d'olives noires de Kalamata	✓	✗		Lait									Anhydride sulfureux ou sulfites				
Petit Bowl Avocat & Ecrevisses	✗	✗											Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés			
Petit Pot Avocat, Riz noir & Écrevisses	✗	✗												Crustacés			
Petit Pot Houmous & Féta	✓	✗	Graines de sésame	Lait													
Petit Pot Lentilles & Œufs pochés	✓	✗			Œufs						Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites				
Petit Pot Mozza, Tomates & Pesto aux noix de cajou	✓	✗		Lait												Noix de Cajou	
Petit Pot Saumon fumé, Quinoa citronné & Aneth	✗	✗		Lait	Œufs						Céleri				Poisson		
Sandwiches																	
Sandwich Filet de saumon & Avocat	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge								Poisson		
Sandwich Avocat & Bacon	✗	✗			Œufs		Blé, Orge										
Sandwich BLT (Bacon, laitue, tomates)	✗	✗			Œufs		Blé, Orge										
Sandwich/slim Ecrevisses sauce chili Mayo & Roquette	✗	✗			Œufs		Blé, Orge							Crustacés			
Sandwich Jambon & Fromage Havarti	✗	✗		Lait			Blé, Orge										
Pret Cheddar & Chutney Sandwich/slim	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge										
Sandwich Poulet, avocat & Basilic	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge										
Sandwich/Slim Super Club	✗	✗			Œufs		Blé, Orge										
Sandwich Thon & Fromage frais	✗	✗		Lait			Blé, Orge								Poisson		
Sandwich Saumon fumé / Slim So Big	✗	✗		Lait			Blé, Orge								Poisson		
Sandwich Super Reds and Greens	✓	✓					Blé, Orge										
Sandwich pour enfants au Cheddar	✓	✗		Lait			Blé, Orge										
Sandwich pour Enfants Jambon-Beurre	✗	✗		Lait			Blé, Orge										
Snacks																	
Amandes chocolatées	✓	✓							Soja							Amandes	
Chocolat noir 70 %	✓	✗															
Brownie au chocolat*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								
Chips bio - diverses saveurs	✓	✗		Lait													
Choc Bar*	✓	✗		Lait			Blé		Soja								
Chocolat au lait 40%	✓	✗		Lait			Orge										
Chocolat au lait 36% et caramel	✓	✗		Lait													
Fruits secs, Noix & Chocolat	✓	✗		Lait					Soja							Fruits à coque	
Galettes de maïs au chocolat noir	✓	✗							Soja								
Love Bar*	✓	✗		Lait			Avoine		Soja							Amande, Pistache	
Mangue séchée	✓	✓															
Pret Bar*	✓	✗		Lait			Blé, Avoine										

We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													28/05/2025
PRODUIT	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque
<b>Soupes</b>																
Pain Losange & Beurre	✓	✗		Lait			Blé									
Petit pain au blé, orge maltée, seigle & beurre	✓	✗		Lait			Blé, Seigle, Orge									
Soupe Miso	✓	✗							Soja						Poisson	
Soupe froide Courgette Menthe	✓	✗														
Soupe froide Gazpacho	✓	✗														
Soupe Vegan Carotte Coriandre	✓	✓														
Soupe Vegan Harira	✓	✓														
Soupe Vegan Petits Pois Menthe	✓	✓														
Soupe veloutée de Potimarron aux Châtaignes	✓	✗		Lait												
Soupe Poulet, Brocoli & Riz sauvage	✗	✗			Œufs											
Soupe Vegan à la tomate	✓	✓														
Soupe veloutée aux Champignons de Paris	✓	✗		Lait												
Velouté de Poulet	✗	✗		Lait	Œufs		Blé				Céleri					
Soupe de Poulet au Lait de coco	✗	✗							Soja					Crustacés	Poisson	
<b>Viennoiseries</b>																
Biscuit cœur fondant Choco-Noisettes	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									Noisettes
Part de Brownie	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							Noix de Pécan, Noix
Canelé de Bordeaux*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Carrot Cake	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									Pistaches, Noix
Cookie aux fruits secs	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Avoine									
Cookie aux morceaux de chocolat noir	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Cookie Caramel beurre salé & Pécan	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									Noix de Pécan
Cookie Double Choco	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Cookie éclats chocolat noir et pointe de sel	✓	✓					Blé		Soja							
Croissant au beurre	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Croissant aux Amandes	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									Amandes
Croissant fourré Chocolat	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Muffin cœur fondant choco-noisette	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									Noisettes
Muffin aux myrtilles	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Pain au chocolat	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Pain aux raisins	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Part de Cake Citron-Pavot	✓	✗		Lait	Œuf		Blé		Soja							
Pastel de Nata	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Roulé à la cannelle	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									

We prepare our food and barista-made drinks in our shop every day. We use many ingredients and share equipments, and whilst we do our best to manage allergens we cannot guarantee that any of our food or drinks are allergen-free or suitable for those with allergies due to the risk of cross contact. Our vegan food is made to a vegan recipe but not suitable for those with milk and egg allergies.

Nos plats et nos boissons barista sont préparés chaque jour dans nos shops. Nous utilisons de nombreux ingrédients et partageons les mêmes équipements. Bien que nous fassions de notre mieux pour gérer les allergènes, nous ne pouvons pas garantir que nos plats ou nos boissons sont exempts d'allergènes ou conviennent aux personnes allergiques en raison du risque de contamination croisée. Nos plats vegan sont préparés selon une recette végétalienne, mais ne conviennent pas aux personnes allergiques au lait et aux œufs.

	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													28/05/2025
PRODUIT	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson	Fruits à coque
Prêt Buisness																
Boîte de pastel de Nata	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Boîte Mix Cookies	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							Noix de Pécan
Box Mix Pret Veggie	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge									Noix de Cajou
Box Mix Baguettes & Sandwiches	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge								Poisson	
Box Salade Poulet Pesto aux noix de cajou	✗	✗		Lait									Anhydride sulfureux ou sulfites			Noix de Cajou
Box Salade Falafel Mezze	✓	✗	Graines de sésame				Blé				Céleri		Anhydride sulfureux ou sulfites			
Box Sandwich	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge								Poisson	
Morning Box Croissants	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Morning Box Pains au chocolat	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Morning Box Viennoiseries (3 recettes)	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Morning Box Viennoiseries (4 recettes)	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Canelés de Bordeaux / Box Canelés	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									

## Composition des soupes

<b>Soupe Carotte Coriandre</b>	Eau, carotte (40%), oignon, lait de coco, sucre, jus concentré de carotte (0,9%), amidon, coriandre (0,7%), sel, ail, jus concentré d'oignon, pâte de curry rouge (piment rouge, citronnelle, échalote, ail, sel, épices, galanga), gingembre, poivre blanc.	
<b>Soupe Veggie Façon Harira</b>	Eau, purée de tomates, lentilles, tomates pelées hachées, oignon, pois chiches, vermicelles de riz, jus de tomates, épices (1,3%), sel, menthe, sucre, ail, épaississant : gomme xanthane, acidifiant : acide citrique.	
<b>Soupe Petits Pois Menthe</b>	Eau, petits pois (43%), oignon, huile de colza, sucre, menthe (0.6%), sel, ail, épaississant : gomme xanthane, poivre blanc, gingembre, poivre doux.	
<b>Velouté de Potimarron aux Châtaignes</b>	Eau, potiron (28%), crème fraîche, lait de coco, châtaigne (4%), oignon, sucre, amidon, pomme de terre, sel, ail, persil, épaississant : gomme xanthane, poivre blanc, extrait d'épices.	
<b>Soupe Poulet, Brocoli &amp; Riz sauvage</b>	Eau, viande de poulet 8%, oignons préfaits (oignons, huile de tournesol), brocoli 5%, carottes, riz sauvage cuit 2% (riz sauvage ,eau), poireau, arôme naturel (dont OEUFS), assaisonnement à base de vinaigre de riz (eau, vinaigre de riz), sel, origan 0,3%, purée de gingembre, persil, romarin 0,09%, poivre	
<b>Soupe à la tomate</b>	Tomate (65,5%) (tomate pelée écrasée, jus de tomate, purée de tomate et concentré de jus de tomate), eau, oignon, sucre, sel, ail, amidon, huile de tournesol, concentré de jus de carotte, épaississant : gomme xanthane, acidifiant : acide citrique, origan, poivre blanc.	
<b>Velouté de Champignons de Paris</b>	Eau, champignon de Paris (36%), crème fraîche, pomme de terre, oignon préfait (oignon, huile de tournesol), sel, plante aromatique, amidon, épaississant : gomme xanthane, sucre, arôme naturel, jus concentré de champignon (0,07%), épice.	
<b>Soupe Velouté de Poulet</b>	Eau, CREME 9%, viande de poulet 9%, pomme de terre précuite, champignon de Paris 6%, purée de CELERI, carottes 4%, chou kale 3%, purée d'oignon, farine de BLE, arôme naturel (dont ŒUF), sel, thym, poivre, laurier.	
<b>Soupe de Poulet au Lait de coco</b>	Eau, lait de coco (extrait de noix de coco, eau) 10%, viande de poulet 7%, shiitakés 4%, fèves de #soja# édamame 3%, #crevettes# décortiquées (#crevettes#, eau, sel) 3%, oignon, huile de colza, poivrons rouges 1.6%, purée de gingembre 1%, citronnelle, jus de citron vert à base de concentré 0.9%, amidon transformé, sauce #poisson# (#poisson#, sel, eau) 0.7%, échalotes, sel, ail, coriandre, sucre, purée de piments (piments broyés, sel), piment fort. Traces éventuelles de lait.	