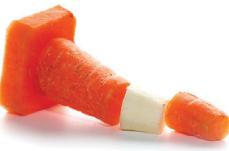


# Guide des *Allergènes*



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 et les 14 allergènes réglementaires sont indiqués en haut de chaque page pour faciliter la lecture.

Si un produit contient l'un de ces ingrédients, vous trouverez le nom de l'allergène dans la case correspondante. Lorsqu'un produit contient des "céréales contenant du gluten" et/ou des "noix", vous trouverez les ingrédients spécifiques énumérés (par exemple blé, seigle, avoine). 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 ou visitez notre site Internet pretamanger.fr



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

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

Nous ne manipulons pas d'arachides ou de lupin dans notre cuisine.



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

## GUIDE DES ALLERGÈNES - Baguettes & Wraps

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES												
	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson
Baguette Avocat, Olives Kalamata & Tomates séchées	✓	✓	Graines de sésame				Blé, Seigle, Avoine, Orge								
Baguette Jambon-Beurre	✗	✗	Graines de sésame	Lait			Blé					Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		
Baguette Poulet Bacon	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge								Poisson
Baguette Poulet, Pesto & Tomates séchées	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé								
Baguette Prosciutto	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé								
Baguette Saumon fumé, Fromage nature & Aneth	✗	✗	Graines de sésame	Lait			Blé								Poisson
Losange Jambon-Fromage	✗	✗		Lait	Œufs		Blé						Moutarde		
Pain Pita Avocat & Falafels	✓	✗		Lait	Œufs		Blé								
Wrap Avocat & Pignons Toastés	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle								
Wrap Poulet Caesar	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle								Poisson
Losange Œuf Mayo & Avocat	✓	✗		Œufs			Blé						Moutarde		

# GUIDE DES ALLERGÈNES - Boissons Chaudes

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Thé English Breakfast	✓	✗		Lait												
Thé Earl Grey	✓	✗		Lait												
Thé Vert Matcha	✓	✓														
Infusion à la Menthe	✓	✓														
Thé vert	✓	✓														
Espresso	✓	✓														
Chocolat chaud	✓	✗		Lait					Soja							
Americano	✓	✗		Lait												
Cappuccino	✓	✗		Lait												
Chai Latte	✓	✗		Lait												
Chocolat coco	✓	✗														
Chocolat soja	✓	✗							Soja							
Flat White	✓	✗		Lait												
Golden Latte	✓	✓														
Lait chaud	✓	✗		Lait												
Latte	✓	✗		Lait												
Macchiato	✓	✗		Lait												
Matcha Latte	✓	✓														
Mocha	✓	✗		Lait												
Boisson végétale riz-coco	✓	✓														
Boisson végétale au soja	✓	✓							Soja							
Lait d'avoine	✓	✓					Avoine									
Cold brew	✓	✓														

## GUIDE DES ALLERGÈNES - Boissons Fraîches

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES												
	Végétariens	Végétaliens	Graines de sésame	Lait	Œufs	Lupin	céréales contenant du gluten	Mollusques	Soja	Arachides	Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés	Poisson
Americano glacé	✓	✓													
Badoit	✓	✓													
Café Frappé	✓	✗		Lait											
Chai Latte glacé	✓	✗		Lait											
Chocolat Frappé	✓	✗		Lait											
Coca Cola	✓	✗													
Coca Cola Light	✓	✗													
Coca Cola Zero	✓	✗													
Eau de source gazeuse Pret	✓	✓													
Eau de source plate Pret	✓	✓													
Evian	✓	✓													
Golden Latte Glacé	✓	✓													
Jus d'orange	✓	✗													
Jus d'orange fraise	✓	✗													
Jus d'orange carotte	✓	✗													
Latte glacé	✓	✗		Lait											
Matcha Latte Glacé	✓	✓													
Mocha Glacé	✓	✗		Lait											
Boisson pétillante Ginger Beer	✓	✓													
Boisson pétillante au Thé Vert	✓	✓													
Kombucha au Gingembre	✓	✓													
Limonade Rhubarbe	✓	✓													
Boisson pétillante Pomme	✓	✓													
Boisson pétillante Raisin & Fleur de sureau	✓	✓													
Eau aromatisée Canneberge & Framboise	✓	✓													
Eau aromatisée Citron & Gingembre	✓	✓													
Eau aromatisée Orange & Fruit de la Passion	✓	✓													
Eau aromatisée Thé Vert & Pêche	✓	✓													
Shot Gingembre & Pomme	✓	✓													
Smoothie Barista Fruits rouges & Mangue	✓	✓													
Smoothie Barista Fraise Banane	✓	✓													
Smoothie Fruits Exotiques	✓	✗													
Avo smoothie	✓	✓													
Jus d'Orange Frais	✓	✗													
Thé vert glacé Framboise Grenade & Citron vert	✓	✗													
Smoothie Coco-Berry Bircher	✓	✓					Avoine sans gluten								
Jus Orange & Fraise	✓	✗													
Jus Orange & Carotte	✓	✗													

# GUIDE DES ALLERGÈNES - Chips & Snacks

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Amandes chocolatées	✓	✓							Soja							Amande
Chocolat noir 70 %	✓	✗		Lait					Soja							
Chocolat noir au sel de mer	✓	✗		Lait					Soja							Fruits à coque
Nut Bar	✓	✗							Soja							Amande
Brownie au chocolat*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							Fruits à coque
Choc Bar*	✓	✗		Lait			Blé		Soja							Fruits à coque
Chocolat au lait	✓	✗		Lait					Soja							
Chips de Légumes	✓	✓														
Chips au Piment Chipotle fumé	✓	✓														
Chips au Cheddar affiné & Oignon rouge	✓	✗		Lait												
Chips au Sel de Mer	✓	✓														
Chips au Sel de Mer & Vinaigre de cidre	✓	✓														
Galettes de maïs au chocolat noir	✓	✗		Lait					Soja							
Love Bar*	✓	✗		Lait			Avoine		Soja							Pistache Amande
Mangue séchée	✓	✓														
Pret Bar*	✓	✗		Lait			Blé, Avoine									Fruits à coque
Fruits secs, Noix & Chocolat	✓	✗		Lait					Soja							Amande

## GUIDE DES ALLERGÈNES - Desserts & Entremets

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Crumble Rhubarbe & Framboise	✓	✗		Lait			Blé, Avoine									
Bircher Bowl	✓	✗		Lait												
Cheesecake au Citron*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Fromage Blanc 0% Abricot-Pêche & Granola	✓	✗		Lait												
Fromage Blanc 0 %, Fruits Rouges & Granola	✓	✗		Lait												
Fromage Blanc 0%, Granola & Fruits	✓	✗		Lait												
Banane	✓	✓														
Pomme	✓	✗														
Mangue & Citron Vert	✓	✗														
Mousse au Chocolat*	✓	✗		Lait					Soja							
Fromage Blanc 0 % Miel & Granola	✓	✗		Lait												
Fromage blanc 0 % aux Fruits Rouges	✓	✗		Lait												
Fromage blanc 0 %	✓	✗		Lait												
Porridge	✓	✗		Lait			Avoine									
Petit pot de miel	✓	✗														
Riz au Lait	✓	✗		Lait	Œufs											
Sunshine Bowl	✓	✓														
Super Fruits	✓	✓														
Melon & Myrtilles	✓	✓														
Ananas & Fruit de Passion	✓	✓														
Salade de fruits	✓	✓														
Riz au Lait Rhubarbe Framboise	✓	✗		Lait	Œufs											

# GUIDE DES ALLERGÈNES - Pâtisseries

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Cake au citron	✓	✗		Lait	Œufs				Soja							Amande
Canelé de Bordeaux*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Cookie aux Éclats de Chocolat	✓	✗		Lait			Blé		Soja							
Cookie aux Fruits secs & Céréales	✓	✗		Lait			Blé, Avoine									
Cookie Trois Chocolats	✓	✗		Lait			Blé		Soja							
Cookie Caramel & Noix de pécan	✓	✗		Lait			Blé		Soja							Noix Pécan
Financier Framboise & Pistache*	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									Amande
Cake à la carotte	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									Noix
Mi-cuit au Chocolat*	✓	✗		Lait	Œufs				Soja							
Muffin au Chocolat*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Muffin aux Myrtilles*	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Cookie Chocolat noir & Amande	✓	✗					Blé									Amande
Cookie cœur fondant Choco-Noisettes	✓	✗		Lait			Blé									Noisette
Moelleux au chocolat*	✓	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs				Soja							
Tarte aux Pommes	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							Noix

# GUIDE DES ALLERGÈNES - Recettes Chaudes

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Croissant Jambon, Fromage, Tomates & Lardons fumés	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Croissant Mozzarella & Tomate	✓	✗		Lait	Œufs		Blé				Céleri					
Quiche lorraine	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Tarte Chèvre Épinards	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Toastie Mozzarella & Pesto	✗	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge									
Toastie - Jambon, Fromage & Moutarde	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge				Moutarde					
Toastie Poulet & Chutney d'oignons	✗	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge									

# GUIDE DES ALLERGÈNES - Salades

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Lentilles & Œufs pochés	✓	✗			Œufs						Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Petit Pot Lentilles & Saumon fumé	✗	✗			Œufs						Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Petit Pot d'Orzo au Pesto	✓	✗		Lait			Blé		Soja							
Salade Avocat, Mozzarella & Poivrons marinés	✓	✗		Lait									Anhydride sulfureux ou sulfites			
Protein Box au Saumon fumé	✗	✗			Œufs				Soja				Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Salade Poulet Pesto	✗	✗		Lait									Anhydride sulfureux ou sulfites			
Salade Pret Italian Caesar	✗	✗		Lait	Œufs								Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Salade Thon, Œuf & Petits pois	✗	✗			Œufs								Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Salade Antipasti Prosciutto, Mozzarella & Cœurs d'Artichauts	✗	✗		Lait												
Salade Avocat Écrevisses	✗	✗											Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés		
Écrevisses, Purée d'avocat & Aneth	✗	✗												Crustacés		

## GUIDE DES ALLERGÈNES - Sandwiches

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Sandwich Jambon & Fromage	✗	✗		Lait			Blé, Orge									
Sandwich Poulet, Avocat & Basilic	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge									
Sandwich Super Club	✗	✗			Œufs		Blé, Orge									
So Big Saumon	✗	✗		Lait			Blé, Orge									Poisson
Super Club Slim Pret	✗	✗			Œufs		Blé, Orge									
Sandwich Saumon fumé d'Écosse	✗	✗		Lait			Blé, Orge									Poisson
Écrevisses & Avocat	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge									Crustacés
Sandwich PRET Cheddar Chutney	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge									

## GUIDE DES ALLERGÈNES - Soupes

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Pain Losange & Beurre	✓	✗		Lait			Blé									
Petit pain au blé, orge maltée, seigle & beurre	✓	✗		Lait			Blé, Orge, Seigle									
Soupe Miso	✗	✗					Blé, Orge		Soja							Poisson
Soupe Froide Courgette-Menthe	✓	✓														
Soupe froide Gazpacho	✓	✓														
Poulet & Brocoli	✗	✗														
Tomate	✓	✓														
Carotte & Coriandre Epicée	✓	✓						Soja								

## GUIDE DES ALLERGÈNES - Viennoiseries

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	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
Croissant aux Amandes	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							Amande
Roulé à la cannelle	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Croissant au beurre	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Pain au chocolat	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Pain aux raisins	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									