

# Guide des Allergènes

★ PRÉPAREZ-VOUS ★



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.

Veillez 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.



		CONVIENT AUX																22/03/2023
PRODUIT	Végétariens	Végétaliens	CONTIENT CES ALLERGÈNES															
			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, Olives Kalamata & Tomates séchées	✓	✓	Graines de sésame					Blé, Seigle, Avoine, Orge										
Baguette Cheddar affiné & Chutney d'Oignons	✓	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs			Blé										
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 Thon Concombre	✗	✗	Graines de sésame		Œufs			Blé							Poisson			
Baguette Saumon fumé, Fromage nature & Aneth	✗	✗	Graines de sésame	Lait				Blé							Poisson			
Baguette New Yorker	✗	✗	Graines de sésame		Œufs			Blé, Seigle, Avoine, Orge				Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites					
Losange Jambon-Fromage Havarti	✗	✗		Lait				Blé				Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites					
Losange Jambon-Cheddar	✗	✗		Lait				Blé				Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites					
Losange Saumon fumé & Fromage nature	✗	✗		Lait				Blé							Poisson			
Pain Pita Avocat & Falafels	✓	✗		Lait	Œufs			Blé										
Pain Pita Poulet à la libanaise	✗	✗		Lait				Blé										
Pain Rond Avocat, Œuf, Bacon	✗	✗		Lait	Œufs			Blé, Seigle, Orge										
Pain Rond façon Bagnat	✗	✗			Œufs			Blé, Seigle, Orge							Poisson			
Pain Rond Houmous de Betterave & Carotte	✓	✗		Lait				Blé, Seigle, Orge										
Pain Rond Pastrami & Pickles de Chou	✗	✗			Œufs			Blé, Seigle, Orge				Moutarde						
Tartine aux céréales Écrasé d'Avocat & Sel au piment	✓	✗						Avoine										
Tartine aux céréales Mozzarella, Tomates cerises & Pesto	✓	✗		Lait				Avoine										
Wrap Avocat & Pignons Toastés	✓	✗		Lait	Œufs			Blé, Seigle										
Wrap Poulet Caesar	✗	✗		Lait	Œufs			Blé, Seigle							Poisson			

		CONVIENT AUX														22/03/2023
PRODUIT	Végétarien 5	Végétaliens	CONTIENT CES ALLERGÈNES													
			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	✓	✓														
Espresso	✓	✓														
Chocolat chaud	✓	✗		Lait				Avoine		Soja						
Americano	✓	✓														
Cappuccino	✓	✗		Lait												
Caramel Latte avoine	✓	✓						Avoine								
Chai Latte	✓	✗		Lait												
Chocolat Chaud - Avoine	✓	✓						Avoine								
Chocolat Chaud - Coco	✓	✓														
Chocolat Chaud - Soja	✓	✓								Soja						
Café filtre (dans une sélection de restaurants uniquement)	✓	✓														
Crème Chantilly	✗	✗		Lait												
Dirty Chai	✓	✗		Lait												
Flat White	✓	✗		Lait												
Lait chaud	✓	✗		Lait												
Latte	✓	✗		Lait												
Macchiato	✓	✗		Lait												
Matcha Latte	✓	✗														
Matcha Latte riz coco	✓	✓														
Mocha	✓	✗		Lait												
Sirop - Pumpkin Spice	✓	✓														
Sirop Chocolat Cookie	✓	✓														
Sirop de Caramel	✓	✓														
Sirop de Framboise	✓	✓														
Sirop de Noisette	✓	✓														
Sirop de Vanille	✓	✓														
Sirop Sucre de Canne	✓	✓														
Raspberry latte soja	✓	✓								Soja						
Boisson Avoine	✓	✓						Avoine								
Boisson Riz - Coco	✓	✓														
Boisson Soja	✓	✓								Soja						

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													
	Végétariens 5	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
Americano glacé	✓	✓														
Badoit	✓	✓														
Café Frappé	✓	✗		Lait												
Chai Latte glacé	✓	✗		Lait												
Chocolat Frappé	✓	✗		Lait												
Chocolat Glacé	✓	✗		Lait												
Coca Cola	✓	✗														
Coca Cola 50cl	✗	✗														
Coca Cola Light	✓	✗														
Coca Cola Light 50cl	✗	✗														
Coca Cola Zero	✓	✗														
Coco Cola Zéro 50cl	✗	✗														
Eau de source gazeuse Pret	✓	✓														
Eau de source plate Pret	✓	✓														
Evian	✓	✓														
Easy Greens	✓	✓														
Shot Gingembre & Pomme	✓	✓														
Shot Orange, Curcuma & Piment	✓	✓														
Jus Mandarine Orange	✓	✓														
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	✓	✓														
San pellegrino	✓	✓														
Smoothie Fruits Exotiques	✗	✗														
Smoothie Fruits Rouges	✗	✗														
Peach Me Up - Mangue, Pêche, Ananas	✓	✓														
Sweet Greens - Épinard, Mangue, Avocat	✓	✓														
Thé vert glacé sirop framboise & citron vert	✓	✓														
Thé vert glacé sirop pêche blanche & 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			



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
			Recettes chaudes													
Blanquette de Poulet & Riz aux légumes	✗	✗		Lait			Blé									
Chili Con Carne & Riz Basmati	✗	✗														
Coquillettes Sauce à la Truffe	✓	✗		Lait			Blé		Soja							
Couscous végétarien aux Légumes	✓	✓					Blé					Moutarde				
Croissant Jambon, Fromage, Tomates & Lardons fumés	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Croissant Mozzarella & Tomate	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Curry vert de légumes & Riz Basmati	✓	✗														
Hot Wrap Falafels, Cheddar & Poivrons	✓	✗		Lait			Blé, Seigle									
Hot Wrap Poulet & Piment Chipotle	✗	✗		Lait			Blé, Seigle									
Nouilles de blé, légumes sautés & sauce tamari	✓	✓	Sésame				Blé		Soja							
Poulet Curry Coco & Riz Basmati	✗	✗							Soja							
Poulet Korma & Duo de Riz	✗	✗					Blé		Soja							
Poulet Tikka Masala, Riz Basmati & Sauvage	✗	✗		Lait												
Quiche lorraine	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									
Tarte Chèvre Épinards	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									
Toastie Jambon, Fromage & Moutarde	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge					Moutarde				
Toastie Tomate Mozza & Pesto	✓	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge									
Toastie Poulet & Chutney d'oignons	✗	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge									
Toastie au Pastrami	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge					Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Salades																
Asian veggie	✓	✗					Blé		Soja							
Bowl Avocat, Mozzarella & Poivrons marinés	✓	✗		Lait								Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Bowl Falafel Mezze & Quinoa	✓	✗	Graines de sésame								Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Bowl Avocat, Écrevisses et crudités	✗	✗							Soja				Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés		
Bowl Protein Box au Saumon fumé	✗	✗			Œufs				Soja						Poisson	
Bowl salade Poulet Pesto	✗	✗		Lait									Anhydride sulfureux ou sulfites			
Bowl Saumon rôti, Riz noir et Persil	✗	✗					Blé		Soja						Poisson	
Salade Saumon rôti & Riz noir	✗	✗					Blé		Soja						Poisson	
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 Lentilles & Saumon fumé	✗	✗			Œufs						Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Petit Pot Falafel, Féta & Poivrons marinés	✓	✗		Lait												
Petit Pot Houmous, Quinoa & Falafel	✓	✗														
Petit Pot Saumon fumé, Quinoa citronné & Aneth	✗	✗		Lait	Œufs						Céleri				Poisson	
Pret Cobb Salad	✗	✗		Lait	Œufs							Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Salade Avocat Écrevisses	✗	✗										Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés		
Protein Box au Saumon fumé	✗	✗			Œufs				Soja			Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Protein Bowl Saumon fumé, œuf dur et Edamame	✗	✗			Œufs				Soja			Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Salade Poulet Pesto	✗	✗		Lait								Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			
Salade de Poulet sauce tamari, riz noir et crudités (Asian Chicken)							Blé		Soja							

		CONVIENT AUX																22/03/2023
PRODUIT	Végétariens	Végétaliens	CONTIENT CES ALLERGÈNES															
			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>Sandwiches</b>																		
Sandwich Saumon rôti & Avocat	✗	✗		Lait	Œufs			Blé, Orge								Poisson		
Sandwich Jambon & Fromage	✗	✗		Lait				Blé, Orge										
Sandwich Jambon & Fromage Havarti	✗	✗		Lait				Blé, Orge										
Pret BLT	✗	✗			Œufs			Blé, Orge										
Sandwich PRET Cheddar Chutney	✓	✗		Lait	Œufs			Blé, Orge										
Sandwich Super Club	✗	✗			Œufs			Blé, Orge										
Sandwich Thon & Concombre	✗	✗		Lait	Œufs			Blé, Orge								Poisson		
So Big Saumon	✗	✗		Lait				Blé, Orge								Poisson		
Sandwich Saumon fumé	✗	✗		Lait				Blé, Orge								Poisson		
Sandwich pour enfants au Cheddar	✓	✗		Lait				Blé, Orge										
Sandwich pour Enfants Jambon-Beurre	✗	✗		Lait				Blé, Orge										
<b>Snacks</b>																		
Amandes chocolatées	✓	✓								Soja						Fruits à coque		
Chocolat noir 70 %	✓	✗		Lait						Soja						Fruits à coque		
Chocolat noir au sel de mer	✓	✗		Lait						Soja						Fruits à coque		
Brownie au chocolat*	✓	✗		Lait	Œufs			Blé		Soja								
Chips Tortillas	✗	✗																
Choc Bar*	✓	✗		Lait				Blé		Soja								
Chocolat au lait	✓	✗		Lait						Soja						Fruits à coque		
Chips au Sel de Mer	✓	✓																
Fruits secs, Noix & Chocolat	✓	✗		Lait						Soja						Fruits à coque		
Galettes de maïs au chocolat noir	✓	✗		Lait						Soja								
Love Bar*	✓	✗		Lait				Avoine		Soja						Fruits à coque		
Chips au Cheddar affiné & Oignon rouge	✗	✗		Lait														
Chips au Sel de Mer & Vinaigre de cidre	✓	✓																
Mangue séchée	✓	✓																
Pret Bar*	✓	✗		Lait				Blé, Avoine								Fruits à coque		
<b>Soupes</b>																		
Pain Losange & Beurre	✓	✗		Lait				Blé										
Petit pain au blé, orge maltée, seigle & beurre	✓	✗		Lait				Blé, Seigle, Orge										
Soupe Carotte Coriandre	✓	✗		Lait								Céleri						
Soupe Petits Pois Menthe	✓	✗		Lait								Céleri						
Velouté de Potimarron aux Châtaignes	✓	✗		Lait								Céleri						
Soupe Poulet, Brocoli & Riz sauvage	✗	✗		Lait	Œufs													
Soupe à la tomate	✓	✗		Lait								Céleri						
Velouté de Champignons de Paris	✓	✗		Lait								Céleri						
Soupe Velouté de Poulet	✗	✗		Lait	Œufs			Blé				Céleri						
Soupe de Poulet au Lait de coco	✗	✗		Lait				Blé		Soja								



