

# 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.

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.



# Origines des Viandes

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

## Poulet

Origine: France

---

## Porc

Origine: Union Européenne  
(hors Bacon - Origine Royaume-Uni)

---

## Bœuf

Origines: Espagne / Allemagne / Autriche

## Pastrami de bœuf

Origines : Irlande / Royaume-Uni / Danemark / Allemagne / France /  
Espagne / Belgique / Pays-Bas / Pologne / Brésil / Uruguay.

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													07/02/2025
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	✓	✓	Graines de sésame				Blé, Seigle Avoine										
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 New Yorker	✗	✗			Œufs		Blé					Moutarde					
Baguette Poulet Bacon	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé, Seigle Avoine								Poisson		
Baguette Poulet Crudité	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé										
Baguette Poulet Pesto au noix de cajou	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									Noix de Cajou	
Baguette Thon Concombre	✗	✗			Œufs		Blé								Poisson		
Baguette Thon, Tartinade Poivrons-tomates	✗	✗	Graines de sésame	Lait			Blé, Seigle Avoine, Orge								Poisson		
Baguette Saumon fumé, Concombre, Fromage nature & Aneth	✗	✗	Graines de sésame	Lait			Blé, Seigle Avoine, Orge								Poisson		
Baguette Proscuitto Crudo	✗	✗		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	✗	✗		Lait	Œufs		Blé								Poisson		
Losange Fromage nature & Tomates séchées	✓	✗		Lait			Blé										
Pain brioché œuf & Bacon	✗	✗		Lait	Œufs		Blé					Moutarde				Fruits à coque	
Pain brioché saumon fumé et compotée de mangue	✗	✗		Lait	Œufs		Blé								Poisson	Fruits à coque	
Pain Pita Avocat & Falafels	✓	✗		Lait	Œufs		Blé										
Pain Pita Feta, Concombre & Olives Kalamata	✓	✗		Lait	Œufs		Blé										
Pain Pita Poulet à la libanaise	✗	✗		Lait			Blé										
Pain Pita Poulet façon Shawarma & Sauce au Sésame	✗	✗	Graines de sésame	Lait			Blé										
Pain Pita saumon & Avocat	✗	✗		Lait	Œufs		Blé								Poisson		
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 Feta, Concombre & Olives Kalamata	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle										
Wrap Poulet à la libanaise	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle										
Wrap Poulet façon Shawarma & Sauce au Sésame	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé, Seigle										
Wrap Poulet sauce tamari & Gingembre	✗	✗		Lait			Blé, Seigle		Soja								
Wrap Poulet Caesar	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Seigle								Poisson		

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														07/02/2025
	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													
Flat 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.

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													07/02/2025
	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 Fraîches</b>																
Americano glacé	✓	✓														
Badôit	✓	✓														
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	✓	✓														
San pellegrino	✓	✓														
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													07/02/2025
	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	✓	✗														
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	✓	✗				Lupin	Blé, Avoine, Orge, Seigle		Soja		Céleri	Moutarde				Fruits à coque
Fromage blanc 0 %	✓	✗		Lait												
Fromage blanc 0 % à la Crème de Marrons	✓	✗		Lait												
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									
Fromage blanc 0% & crème de marron	✓	✗		Lait												
Petit pot Coco Chia Passion / Petit pot Coco Chia Mangue	✓	✓														
Petit pot Coco, Sunshine & Granola	✓	✓					Avoine									
Petit pot Miel	✓	✗														
Porridge Prêt	✓	✗		Lait			Avoine									
Riz au Lait	✓	✗		Lait	Œufs											
Sunshine Bowl	✓	✓					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.

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES														07/02/2025
	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									Fruits à coque	
Breakfast Pain brioché - Omelette & Fromage	✓	✗		Lait	Œufs		Blé									Fruits à coque	
Chili Con Carne & Riz Basmati	✗	✗															
Pâtes à la sauce Bolognaise	✗	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja		Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites				
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	✓	✗															
Dahl de lentilles Veggie	✓	✗		Lait													
Filet de Saumon, Quinoa & sauce crémeuse au Citron	✗	✗		Lait							Céleri				Poisson		
Focaccia Mozza, Tomates séchées & Pesto aux noix de cajou	✓	✗		Lait			Blé, Orge									Noix de Cajou	
Focaccia Jambon & Tomates	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge										
Focaccia Prosciutto Crudo & Mozza	✗	✗		Lait			Blé, Orge										
Hot Wrap Falafels, Cheddar & Poivrons	✓	✗		Lait			Blé, Seigle										
Hot Wrap Poulet & Piment Chipotle	✗	✗		Lait			Blé, Seigle										
Plat Chaud Caponata Boulgour	✓	✗		Lait			Blé				Céleri						
Plat Chaud Caponata Orzo	✓	✗		Lait	Œufs		Blé				Céleri	Blé					
Poulet Curry Coco & Riz Basmati	✗	✗		Lait			Blé		Soja								
Poulet Korma Riz basmati & sauvage	✗	✗		Lait			Blé		Soja								
Poulet, Poelée de légumes à la Coriandre & Quinoa	✗	✗		Lait			Blé				Céleri						
Poulet Tikka Masala, Riz Basmati & Sauvage	✗	✗		Lait			Blé										
Pulled Pork façon Parmentier	✗	✗		Lait													
Pad thaï	✗	✗		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				Fruits à coque	
Toastie Pain brioché Pulled Pork & Cheddar	✗	✗		Lait	Œufs		Blé									Fruits à coque	
Toastie Pain Brioché Veggie club	✓	✗		Lait	Œufs		Blé					Moutarde				Fruits à coque	
Toastie sandwich Mozzarella, Tomate, Poivrons	✓	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge										
Toastie Tomate Mozza & Pesto au noix de cajou	✓	✗		Lait			Blé, Seigle, Avoine, Orge									Noix de Cajou	
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.

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES														07/02/2025
	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>Salades</b>																	
Bowl Caesar & pignons de pin	✗	✗		Lait	Œufs		Blé								Poisson		
Bowl Falafel Mezze & Quinoa	✓	✗	Graines de sésame								Céleri		Anhydride sulfureux ou sulfites				
Bowl fusilli & saumon	✗	✗			Œufs		Blé		Soja			Moutarde			Poisson		
Bowl salade Poulet Pesto aux noix de cajou	✗	✗		Lait			Blé						Anhydride sulfureux ou sulfites			Noix de Cajou	
Bowl Filet de Saumon rôti, Riz noir et Persil	✗	✗					Blé		Soja						Poisson		
Bowl Thon, Œuf dur & Olives Kalamata	✗	✗			Œufs								Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson		
Salad Bowl - Mozzarella Orzo & Pesto aux noix de cajou	✓	✗		Lait	Œufs		Blé						Anhydride sulfureux ou sulfites			Noix de Cajou	
Petit Bowl Avocat & Ecrevisses	✗	✗											Anhydride sulfureux ou sulfites	Crustacés			
Petit Bowl Burrata, Tomates & Pignons de pin	✓	✗		Lait									Anhydride sulfureux ou sulfites				
Petit Bowl - Orzo Prosciutto & Tomates	✗	✗		Lait	Œufs		Blé										
Petit Bowl Salade Grecque	✓	✗		Lait													
Petit Pot Avocat, Riz noir & Écrevisses	✗	✗												Crustacés			
Petit Pot Boulgour, Tomates & Persil	✓	✗					Blé										
Petit Pot Caponata & Focaccia	✓	✗					Blé, Orge				Céleri						
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		
<b>Sandwiches</b>																	
Sandwich Filet de saumon & Avocat	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge								Poisson		
Sandwich Avocat & Bacon	✗	✗			Œufs		Blé, Orge										
Sandwich Ecrevisses sauce chili Mayo & Roquette	✗	✗			Œufs		Blé, Orge							Crustacés			
Sandwich Jambon & Fromage Havarti	✗	✗		Lait			Blé, Orge										
Sandwich/Slim PRET Cheddar Chutney	✓	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge										
Sandwich Poulet, avocat & Basilic	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge										
Sandwich/Slim Super Club	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge										
Sandwich Thon & Fromage frais	✗	✗		Lait			Blé, Orge								Poisson		
Sandwich Saumon fumé / Slim So Big	✗	✗		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													
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	✓	✗		Lait					Soja								
Love Bar*	✓	✗		Lait			Avoine		Soja							Fruits à coque	
Mangue séchée	✓	✓															
Pret Bar*	✓	✗		Lait			Blé, Avoine									Fruits à coque	

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														07/02/2025
	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>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	✗	✗		Lait	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	✗	✗		Lait					Soja					Crustacés	Poisson		
<b>Viennoiseries</b>																	
Biscuit cœur fondant Choco-Noisettes	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Fruits à coque
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		Soja								
Cookie aux morceaux de chocolat noir	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Fruits à coque
Cookie Caramel beurre salé & Pécan	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Fruits à coque
Cookie Chocolat noir & Amande	✓	✗					Blé										Fruits à coque
Cookie Double Choco	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Fruits à coque
Cookie éclats chocolat noir et pointe de sel	✓	✓					Blé		Soja								
Croissant au beurre	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								
Croissant aux Amandes	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Amande
Croissant fourré Chocolat	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								
Muffin cœur fondant choco-noisette	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Fruits à coque
Muffin aux myrtilles	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Fruits à coque
Pain au chocolat	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								
Pain aux raisins	✓	✗		Lait	Œufs		Blé										
Panettone aux marrons	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								Fruits à coque
Pastel de Nata	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja								
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.

PRODUIT	CONVIENT AUX		CONTIENT CES ALLERGÈNES													07/02/2025
	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>Prêt Buisness</b>																
Boîte de pastel de Nata	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							
Boîte Mix Cookies	✓	✗		Lait	Œufs		Blé		Soja							Fruits à coque
Box Mix Baguettes	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge					Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Box Mix Baguettes & Sandwiches	✗	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge					Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		Poisson	
Box Mix Pret Veggie	✓	✗	Graines de sésame	Lait	Œufs		Blé, Seigle, Avoine, Orge									
Box Salade Poulet Pesto aux noix de cajou	✗	✗		Lait			Blé					Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites			Noix de Cajou
Box Salade Falafel Mezze	✓	✗	Graines de sésame				Blé					Céleri	Moutarde	Anhydride sulfureux ou sulfites		
Box Sandwich	✗	✗		Lait	Œufs		Blé, Orge									Poisson
Morning Box Croissants	✓	✗		Lait	Œufs		céréales contenant du gluten		Soja							
Morning Box Pains au chocolat	✓	✗		Lait	Œufs		céréales contenant du gluten		Soja							
Morning Box Viennoiseries (3 recettes)	✓	✗		Lait	Œufs		céréales contenant du gluten		Soja							
Morning Box Viennoiseries (4 recettes)	✓	✗		Lait	Œufs		céréales contenant du gluten		Soja							
Canelés de Bordeaux / Box Canelés	✓	✗		Lait	Œufs		céréales contenant du qluten									

## 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 CEUF), 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.