

# 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.

	CONVIENT AUX																	07/11/2024
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, 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 Prosciutto 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	

	CONVIENT AUX																07/11/2024
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>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	✓	✓															
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)	✓	✓															
Creme 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							

		CONVIENT AUX															07/11/2024
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>Boissons Fraîches</b>																	
Americano glacé	✓	✓															
Badoit	✓	✓															
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 & Cerries - 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	✓	✓															
Voivic	✓	✓															
Vittel	✓	✓															
Vin Blanc	✓	✓											Anhydride sulfureux ou sulfites				
Vin Rouge	✓	✓											Anhydride sulfureux ou sulfites				
Vin Rosé	✓	✓											Anhydride sulfureux ou sulfites				

	CONVIENT AUX																07/11/2024
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>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										

		CONVIENT AUX																07/11/2024
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>Recettes chaudes</b>																		
Breakfast Pain brioché Omelette & Bacon	✗	✗		Lait	Œufs											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										
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						
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										
<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		

	CONVIENT AUX																07/11/2024
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 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 - divers 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
<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		

	CONVIENT AUX																	07/11/2024
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>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										Fruits à coque
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										
<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 gluten										

## 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.