

les petits cuisinés

Les produits relèvent de la réglementation des aliments courants.

LES PETITS LÉGUMES MIXÉS

texture lisse

Carotte : carotte, huile d'olive vierge.

Carotte maïs : carotte, maïs, eau, huile d'olive vierge.

Haricot vert courgette : haricot vert, courgette, huile d'olive vierge.

Haricot vert pomme de terre : haricot vert, pomme de terre, huile d'olive vierge.

Pomme carotte** : pomme, carotte

** Prochainement disponible en Bio



LES PLATS

texture lisse

Les plats traiteurs mixés

Le mixé dinde courgette : pomme de terre, courgette, eau, viande de dinde, huile d'olive vierge.

Le mixé dinde potiron : potiron, riz précuit (riz, eau), eau, viande de dinde, huile d'olive vierge.

Le mixé poulet carotte : carotte, eau, viande de poulet, huile d'olive vierge.

Le mixé poulet courgette : courgette, riz précuit (riz, eau), eau, viande de poulet, huile d'olive vierge.

Le mixé veau haricot vert : haricot vert, pomme de terre, eau, viande de veau, huile d'olive vierge.



texture souple/morceaux

Les plats juniors

Petit Fricassée de dinde au basilic : pomme de terre, carotte, viande de dinde, eau, pomme, huile d'olive vierge, farine de riz, basilic.

Petit Hachis de bœuf carottes : carotte, pomme de terre, eau, viande bovine, huile d'olive vierge.

Petit Parmentier de dinde : pomme de terre, eau, viande de dinde, huile d'olive vierge.

Petit Riz en farandole : riz précuit (riz, eau), boulette de boeuf (viande bovine, sel), carotte, courgette, huile d'olive vierge.

Petit Volaille en salade : carotte, maïs, viande de poulet, concombre, huile d'olive vierge.

LES DESSERTS CRÈCHE

texture lisse

Poire** : poire.

Pomme* : pomme.

Poire abricot** : poire, abricot.

Pomme carotte** : pomme, carotte.

Pomme nectarine* : pomme, nectarine.

Pomme poire** : pomme, poire.

Pêche pommes morceaux : pomme, pêche.

Pomme d'amour : pomme entière, abricot.

Pomme coeur de framboise : pomme entière, framboise.

* Disponible en Bio



** Prochainement disponible en Bio



Recettes disponibles en date du 15.08.2016

* Ces plats ne contiennent aucun des aliments allergènes suivants :

additifs	céleri	haricot rouge	moutarde	poissons
ail	cerise	kiwi	noix (toutes)	pomme crue
amande	châtaigne	laits (tous)	œuf	porc
ananas	champignon	lapin	orge	sarrasin
arachide	crustacés	lentille	pêche crue	seigle
avocat	épeautre	levure	petit pois	sésame
avoine	fenouil	lin	pignon de pin	soja
banane	fève	lupin	piment	sulfites
blé	framboise crue	melon	pistache	tournesol
cannelle	gluten	mollusques	pois chiche	vanille

clarelia
la transparence
alimentaire

www.natama.eu - natama.info@clarelia.com
tél. +33 (0)4 99 53 20 13 · fax +33 (0)4 67 64 87 65
281 avenue du Marché Gare - BP 85546 - 34071 Montpellier cedex 3

Natâma
La solution aux allergies alimentaires

Carte 2016-2017

Le spécialiste depuis 2002

NOUVEAU !

RECETTES

BIO

découvrez nos recettes



Sans gluten
Sans lactose
Sans allergènes

LES PLATS CUISINÉS

Bœuf ratatouille et riz parfumé : riz précuit (riz, eau), viande bovine, tomate, courgette, aubergine, huile d'olive vierge, sel, sucre, thym, poivre.

Boulettes de bœuf tomate et riz** : riz précuit (riz, eau), boulettes de bœuf (viande bovine, sel), tomate, huile d'olive, sel, sucre, poivre.

Fricassée de dinde au basilic : pomme de terre, viande de dinde, carotte, eau, pomme, huile d'olive vierge, farine de riz, basilic, sel, poivre.

Fusilli bolognaises : fusilli de maïs précuits (farine de maïs, eau), tomate, viande bovine, carotte, farine de maïs, huile d'olive vierge, sel, basilic, thym, sucre, poivre.

Fusilli au basilic et manchons de poulet : fusilli de maïs précuits (farine de maïs, eau), manchons de poulet, huile d'olive, basilic, sel.

Fusilli boulettes Orientales : fusilli de maïs précuits, (farine de maïs, eau), boulettes de bœuf (viande bovine, sel), tomate, courgette, carotte, huile d'olive, sel.

Fusilli sauté de veau aux olives : fusilli de maïs précuits (farine de maïs, eau), sauté de veau, tomate, oignon, huile d'olive vierge, olive verte, sucre, sel, basilic, thym, poivre.

Fusilli sot l'y laisse en sauce : fusilli de maïs précuits (farine de maïs, eau), sot l'y laisse de dinde, tomate, courgette, huile d'olive vierge, sucre, sel, thym, basilic, poivre.

Grande salade au quinoa** : quinoa précuit (quinoa, eau), courgette, tomate, poivron, eau, huile d'olive vierge, oignon, basilic, sel, poivre.

Grande salade Mexicaine : viande de dinde, maïs, pomme, poivron, concombre, huile d'olive vierge, jus de citron, sel, poivre.

Grande volaille en salade : haut de cuisse de poulet, maïs, carotte, concombre, eau, huile d'olive, jus de citron, sucre, sel, poivre.

Parmentier de bœuf purée de carottes : carotte, viande bovine, pomme de terre, eau, oignon, huile d'olive, sel, poivre, thym.

Parmentier de dinde : pomme de terre, viande de dinde, eau, huile d'olive, ciboulette, sel, poivre, thym.

Poulet à l'abricot et riz** : riz précuit (riz, eau), viande de poulet, purée d'abricot, sucre, huile d'olive vierge, farine de riz, sel, thym.

Poulet Basquaise : riz précuit (riz, eau), viande de poulet, tomate, oignon, poivron, courgette, huile d'olive vierge, sel, romarin, thym, poivre.

Poulet grand-mère** : riz précuit (riz, eau), viande de poulet, eau, pomme, huile d'olive, farine de riz, sel, poivre.

Riz en farandole : riz précuit, boulettes de bœuf (viande bovine, sel), courgette, carotte, huile d'olive vierge, sel, poivre.

Veau en saucisse : pomme de terre, saucisses de veau (viande de veau, sel, boyau de mouton), eau, huile d'olive, sel, poivre.

** Prochainement disponible en Bio



LES ENTRÉES

Fian tomate haricot vert : tomate, haricot vert, maïs, huile d'olive vierge, sucre, basilic, sel, poivre.

Grains de malice : eau, tomate, concombre, maïs, huile d'olive vierge, menthe, sel, poivre.

Salade au quinoa** : quinoa, courgette, tomate, poivron, eau, huile d'olive vierge, oignons, basilic, sel, poivre.

Salade Camarguaise : riz, tomate, oignon, aubergine, courgette, poivron, huile d'olive vierge, basilic, thym, sel, poivre.

Salade composée : haricot vert, pomme de terre, carotte, tomate, huile d'olive vierge, basilic, sel, poivre.

** Prochainement disponible en Bio



Salade Mexicaine : dinde, maïs, pomme, poivrons, concombre, huile d'olive vierge, jus de citron, sel, poivre.

Salade paysanne : pomme de terre, carotte, haricot vert, viande de poulet, huile d'olive vierge, sel, poivre.

Terrine de carotte : carotte, eau, maïs, huile d'olive vierge, sel, poivre.

TomatOmais : tomate, maïs, huile d'olive vierge, sel, poivre.

Volaille en salade : viande de poulet, maïs, carotte, concombre, jus de citron, huile d'olive, sucre, sel, poivre.

LES SOUPES

Soupe d'automne : eau, légumes (carotte, poireau) pomme de terre, huile d'olive vierge, sel, poivre.

Soupe du jardinier : légumes (courgette, poireau, carotte, épinard), eau, pomme de terre, huile d'olive vierge, sel, poivre.

Soupe du soleil : légumes (potiron, carotte poireau), eau, pomme de terre, sucre, huile d'olive vierge, sel, poivre.

Soupe méditerranéenne : légumes (tomate, courgette, aubergine), eau, pomme de terre, huile d'olive, sucre, huile d'olive vierge, sucre, basilic, sel, poivre.

Soupe potirotte : légumes (potiron, carotte), eau, huile d'olive vierge, sel, sucre, poivre.

Velouté de tomate* : tomate, eau, pomme de terre, huile d'olive vierge, sucre, basilic, sel, poivre.

CHAUD OU FROID

* Disponible en Bio



LES DESSERTS

Chocolat aux myrtilles : eau, myrtille, sucre, farine de riz, chocolat en poudre (sucre, poudre de cacao).

Chocolat aux poires : eau, poire, sucre, farine de riz, chocolat en poudre (sucre, poudre de cacao).

Clafoutis pomme myrtille : pomme, myrtille, sucre, farine de maïs.

Délice de pêche* : pomme, pêche, sucre.

Dessert au chocolat : eau, sucre, farine de riz, chocolat en poudre (sucre, poudre de cacao).

* Disponible en Bio



** Prochainement disponible en Bio

Fruits à la menthe : pomme, poire, pêche, sucre, menthe.

Pêche pommes morceaux : pomme, pêche.

Poire** : poire.

Poire abricot** : poire, abricot.

Pomme* : pomme.

Pomme carotte** : pomme, carotte.

Pomme d'amour : pomme entière, abricot.

Pomme coeur de framboise : pomme entière, framboise.

Pommes nectarine* : pomme, nectarine.

Pomme poire** : pomme, poire.

Pommes caramélisées** : pomme, sucre.

Pruneaux dans les pommes : pomme, pruneau d'Agen, sucre.

les menus 2016-2017

16 menus + 2 froids dont 1 végétarien

Aladin et Jasmine

Terrine de carotte
Fusilli boulettes Orientales
Fruits à la menthe

Astérix

TomatOmais
Fusilli au basilic et manchons de poulet
Dessert au chocolat

Bolo

Salade Mexicaine
Fusilli bolognaises
Pêche pommes morceaux

Champêtre

Salade paysanne
Fusilli sauté de veau aux olives
Chocolat aux poires

Chez Mamie

Velouté de tomate
Poulet Grand-Mère
Délice de pêche

Cléo et Chico

Volaille en salade
Riz en farandole
Pomme coeur de framboise

Halloween

Soupe du soleil
Parmentier de dinde
Pruneaux dans les pommes

La Camargue

Salade Camarguaise
Fricassée de dinde au basilic
Pommes caramélisées

La Promenade

Salade composée
Grande volaille en salade
Pomme poire

FROID ET VÉGÉTARIEN

Vegan

Terrine de carotte
Grande salade au quinoa
Chocolat aux poires

Le Boule et Bill

Soupe d'automne
Boulettes de bœuf tomate et riz
Poire

Le fin gourmet

Salade au quinoa
Fusilli sot l'y laisse en sauce
Clafoutis pomme myrtille

Le Malin

Grains de malice
Parmentier de bœuf
Poire abricot

Le Roussillon

Soupe potirotte
Bœuf ratatouille et riz parfumé
Pomme nectarine

L'itxassou basque

Fian de tomate haricot vert
Poulet Basquaise
Pomme carotte

L'Oriental

Salade composée
Poulet à l'abricot et riz
Chocolat aux myrtilles

Mexicain

Soupe du jardinier
Grande salade Mexicaine
Pomme

Normand

Soupe Méditerranéenne
Veau en saucisse
Pomme d'amour

Très bientôt
des menus
Bio!