

COLLEGE DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 28 septembre 2020 au vendredi 02 octobre 2020

Semaine 5 du plan alimentaire type

Pour apporter équilibre, diversité et qualité à l'ensemble de nos élèves, tous les repas servis au restaurant scolaire sont préparés dans nos cuisines, par Mme Landragin, cheffe de cuisine, et son équipe.

**FAIT AU COLLEGE
FAIT MAISON**



Les menus sont élaborés par période de cinq semaines, selon un plan alimentaire type. Il sont proposés par les délégués d'élèves de chaque classe, lors d'une commission, en présence du Chef d'établissement, du gestionnaire, de la conseillère principale d'éducation, de l'infirmière scolaire et de la cheffe de cuisine.

LUNDI	Provenance	Plan alimentaire
Macédoine mayonnaise ou œuf dur mayonnaise		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Parmentier de légumes	---	Cat VG - Plat végétarien
		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Yaourt nature sucré		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Fruits de saison	Locale	Cat XV - Desserts Fruits crus
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Quiche aux lardons ou feuilleté hot dog		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Paëlla	---	Cat V - Poisson >70%
		Cat IX - Féculents
Bleu ou camembert	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Crème caramel		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Mâche ou concombre		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Sauté d'agneau à la moutarde		Cat VI - Viandes rouges no hachées
Gratin de chou et pomme de terre	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage portions		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Chunky brownie crème anglaise		Cat XIII - Desserts > 15% de lipides
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Soupe de légumes		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
Escalope à la crème	Locale	Cat B - Lapin et Volaille
Pommes noisettes	---	Cat III - Produits frits
Yaourt aromatisé	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Fruits de saison	Locale	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L

Le Principal,
Jean-Christophe MENUT

Le gestionnaire,
Walter BRIDENNE

L'infirmière,
Tiffany HOUSSEN



Liste des 14 allergènes alimentaires majeurs

Céréales contenant du gluten	Crustacés et produits à base de crustacés	Œufs et produits à base d'œufs
Poisson et produits à base de poisson	Arachides et produits à base d'arachides	Soja et produits à base de soja
Lait et produits à base de lait	Fruits à coque	Céleri et produits à base de céleri
Lupin et produits à base de lupin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l	Moutarde et produits à base de moutarde
Graines de sésame et produits à base de graines de sésame	Mollusques et produits à base de mollusques	