

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 15 mars 2021 au vendredi 19 mars 2021

Semaine 3 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

Tomates mozzarella ou tomates fête
Spaghettis à la carbonara

Petits suisses aromatisés
Banane ou kiwis

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat A - Viande de Porc
Cat IX - Féculents
Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits

MARDI

Salade verte composée
Feuilleté au fromage
Ratatouille
Sainte maure cendré ou Brie
Compote ou fruits au sirop

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat VG - Plat végétarien
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI

Crêpe au jambon et fromage
Filet de limande meunière et citron
Riz à la tomate
Yaourt nature sucré
Ananas, pamplemousse ou pomme

Provenance

Plan alimentaire

Cat I - Entrées > 15% de lipides
Cat V - Poisson >70%
Cat IX - Féculents
Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI

Salade piémontaise jambon ou thon
Cordon bleu à la normande
Purée de carottes
Tomme de Savoie ou bleu
Brownies crème anglaise

Provenance

Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Cat IV - Plats protidiqes P/L <= 1
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Cat XIII - Desserts > 15% de lipides

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			