

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 17 mai 2021 au vendredi 21 mai 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	Provenance	Plan alimentaire
Surimi – œufs durs		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Lasagnes à la tomate		Cat A - Viande de Porc
	---	Cat IX - Féculents
Fromage		Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Fruits au sirop		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Tomates mozzarella – Radis		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Grillade marinée		Cat VG - Plat végétarien
Semoule	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Emmental – Maroilles	---	Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Nectarine – Abricots		Cat XV - Desserts Fruits crus
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Charcuterie		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Poisson frais		Cat V - Poisson >70%
Riz	---	Cat IX - Féculents
Yaourt à boire		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Melon – Fraises		Cat XV - Desserts Fruits crus
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade strasbourgeoise , Pommes de terre crevettes		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Paupiette		Cat IV - Plats protidiques P/L <= 1
Choux de Bruxelles – haricots beurre	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Brie – Chaource	---	Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Beignet		Cat XIII - Desserts > 15% de lipides

Le Principal,
Jean-Christophe MENUET

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	
Graines de sésame et produits à base de graines de sésame	Mollusques et produits à base de mollusques	