

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 21 juin 2021 au vendredi 25 juin 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
Avocat, œuf dur ou surimi mayonnaise		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Spaghettis à la carbonara		Cat A - Viande de Porc
	---	Cat IX - Féculents
Brie		Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Compote		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Tomates mozzarella		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Omelette		Cat VG - Plat végétarien
Riz à la tomate	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage blanc coulis de fruits rouges	---	Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Pomme ou banane		Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Pizza ou quiche		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Filets de poisson frais		Cat V - Poisson >70%
Purée		Cat IX - Féculents
Yaourt nature sucré		Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Fraises	Locale	Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade piémontaise ou strasbourgeoise		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Boulettes de viande		Cat IV - Plats protidiqques P/L <= 1
Ratatouille et semoule	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage à la coupe	---	Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Beignet framboise, pomme ou chocolat		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	