

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 13 septembre 2021 au vendredi 17 septembre 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

Concombre à la crème ou vinaigrette

Jambon braisé

Pâtes

Emmental

Compote de pommes

Provenance

Locale

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

Tomates mozzarella ou fêta

Croq légumes soja blé

Purée de patate douce et pommes de terre

Fromage blanc et coulis

Ananas, melon ou pastèque

Provenance

Locale

Locale

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

œufs durs – surimi ou avocat

Filet de poisson frais aux curry

Semoule

Yaourt aromatisé

Pomme, poire ou prune

Provenance

Locale

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

VENREDI

Pizza

Filet de poulet

poêlée de légumes

Camembert ou bleu

Mousse au chocolat

Provenance

Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent

Cat IV - Plats protidiques 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

La gestionnaire,
Nathalie DECAILLON

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



Moutarde et produits à base de moutarde



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

