

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 13 décembre 2021 au vendredi 17 décembre 2021

Semaine 4 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
Salade de pâtes au jambon ou thon		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Poulet rôti		Cat B - Lapin et Volaille
Purée de pommes de terre		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Yaourt ou fromage		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Clémentine ou ananas		Cat XV - Desserts Fruits crus
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Œuf dur ou surimi mayonnaise ou avocat		Cat D - Cuités Légumes ou Fruits
Spaghettis carbonara		Cat VI - Viandes rouges no hachées
	---	Cat IX - Féculents
Fromage ou yaourt		Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Compote de pommes ou fruits au sirop		Cat XV - Desserts Fruits crus
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
REPAS DE NOËL		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
		Cat A - Viande de Porc
		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
		Cat E - Desserts lactés amylicés
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Entrée au choix		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Blanquette de veau		Cat VG - Plat végétarien
Riz	---	Cat VG - Plat végétarien
Fromage ou yaourt	---	Cat VG - Plat végétarien
Dessert au choix		Cat D - Cuités Légumes ou Fruits

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
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	