

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 10 janvier 2022 au vendredi 14 janvier 2022

Semaine 2 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

Carottes vinaigrette ou céleri rémoulade
Omelette
Poêlée de courgettes et pommes de terre
Yaourt sucré ou nature
Clémentines ou salade de fruits

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

MARDI

Radis beurre ou salade verte
Boulettes de bœuf à l'échalote
Frites
Rondelé au poivre ou Brie
Danette vanille, chocolat ou caramel

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Bœuf haché >15%
Cat III - Produits frits
Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

JEUDI

Salade piémontaise ou Strasbourgeoise
Rosbeef
Haricots verts persillés
Yaourt nature ou sucré
Pomme ou banane

Provenance

Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Cat VI - Viandes rouges no hachées
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI

Assiette anglaise ou œuf dur
Filet de cabillaud
Riz
Emmental ou camembert
Donuts

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 XIII - Desserts > 15% de lipides

Le Principal
Jean-Christophe MIENET



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

