

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 17 janvier 2022 au vendredi 21 janvier 2022

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

Concombres à la crème ou vinaigrette – salade verte
Sauté de porc à la provençale
Semoule
Brie ou Bleu de Bresse
Compote de fruits

Provenance

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

Carottes râpées ou endives vinaigrette
Spaghettis tomate cantadou ail et fines herbes

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

JEUDI

Mousse de foie ou œufs durs
Filet de colin sauce coco et curry
Boulgour
Yaourt aux fruits ou fromage blanc
Clémentine ou pomme

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 XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI

Salade de lentilles vinaigrette ou salade de blé à la tomate
Cordon bleu
Petits pois
Yaourt aromatisé ou yaourt nature
Gâteau 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	
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			