

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 21 février 2022 au vendredi 25 février 2022

Semaine 1 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

Salade de pâtes au thon ou blé au surimi
Rôti de porc sauce charcutière
Brocolis et carottes vichy
Emmental ou mimolette
Banane ou pomme

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat V - Poisson >70%
Cat IX - Féculents
Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

MARDI

concombre à la crème ou carottes râpées
Filet de poisson frais sauce au cidre
Pommes de terre sautées
Tomme de Savoie ou Gouda
Île flottante ou mousse au chocolat

Provenance

Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Cat A - Viande de Porc
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI

crêpe au fromage ou jambon
galette saucisse
Salade verte
Fromage blanc coulis caramel beurre salé
Breizhn'roll ou far breton

Provenance

Plan alimentaire

Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
Cat VI - Viandes rouges no hachées
Cat IX - Féculents
Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI

Salade verte composée
Quiche ou feuilleté au fromage
Poêlée de légumes
Camembert bio ou rondelé au poivre
Tiramisu ou entremet praliné

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat VG - Plat végétarien
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Cat E - Desserts lactés amylicés

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

