

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 07 mars 2022 au vendredi 11 mars 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

Salade coleslaw, céleri ou duo de carottes
Sauté de porc à la moutarde à l'ancienne
Semoule
Roquefort ou Ossau Iraty
Clémentine ou poire

Provenance

Locale
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

Mâche, avocat ou radis
Lasagnes épinards chèvre
Comté ou Brie
Crêpe sucre ou nutella

Provenance

Fait Maison

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

Croque monsieur, samoussa ou beignet de poisson
Nouilles aux crevettes
Fromage blanc au coulis fruits exotiques
Ananas, pamplemousse ou orange

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 riz au thon ou salade de pommes de terre chorizo
Steack haché à l'échalotte
Poêlée de courgettes
Munster ou camembert
Eclair chocolat, vanille ou Paris Brest

Provenance

Locale

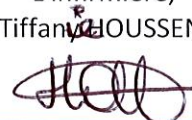
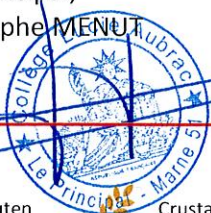
Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Cat IV - Plats protidiqes 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 MENU

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