

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 28 mars 2022 au vendredi 01 avril 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

Betteraves rouges vinaigrette ou duo de carottes
Quiche aux fromages
Petits pois
Yaourt aromatisé ou yaourt aux céréales bio
Banane - Kiwi

Provenance

Locale

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

Salade verte composée chaude
Steack haché
Frites
Fromage à la coupe
Île Flottante

Provenance

Locale

Locale

Locale

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

Guacamole et tortillas - terrine d'avocat crabe
Tortillas au poulet
Riz
Manchego
Sorbet coco ananas

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

Œuf mayonnaise, surimi, rillettes
Filet de colin sauce citron
boulgour
Fromage à la coupe
Danette chocolat, café, vanille ou caramel + biscuits

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

