

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 16 mai 2022 au vendredi 20 mai 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

Avocat mayonnaise ou carottes vinaigrette  
Filet de cabillaud à l'échalotte  
Boulghour  
Vivarot ou chèvre  
Ile flottante

### Provenance

Locale  
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 de pâtes perles ou surimi ou salade de blé au poulet  
Rosbeef  
Carottes et pommes de terre poêlés  
Emmental ou cantal  
Pomme, banane ou kiwi

### 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

Betteraves rouges vinaigrette, chou chinois jambon  
Brochette de dinde marinière  
Pâtes papillon  
Fromage blanc ou yaourt à la grecque  
Melon, pastèque ou pamplemousse

### Provenance

Locale  
Locale

### 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 composée ou concombres à la crème  
Spaghettis à la tomate  
  
Brie ou munster  
crème aux œufs

### Provenance

Locale  
Locale  
---

### 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 amylacés

Le Principal,  
Jean-Christophe MENUT

La gestionnaire,  
Nathalie DECAILLON

L'infirmière,  
Tiffanie 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

Fruits à coque

Arachides et produits à base d'arachides

Soja et produits à base de soja

Lait et produits à base de lait



Céleri et produits à base de céleri



Moutarde et produits à base de moutarde



Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l

Lupin et produits à base de lupin



Mollusques et produits à base de mollusques



Graines de sésame et produits à base de graines de sésame

