COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 26 juin 2023 au vendredi 30 juin 2023 | **Semaine 5 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	Provenance	Plan alimentaire
Salade composée		*Cat II - Crudités - Légumes ou fruits*
Kebab		*Cat VG - Plat végétarien*
Frites		*Cat VIII - Légumes cuits autres que secs*
Fromage		*Cat X - Fromages > 150 mg de Ca*
Glace		*Cat XV - Desserts Fruits crus*

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Collège : buffet froid		*Cat V - Poisson >70%*
		Cat IX - Féculents
Primaires et maternelles :		*Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L*
Pique nique		*Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc*

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Betteraves, maïs ou cœurs de palmier		*Cat II - Crudités - Légumes ou fruits*
Filet de poisson pané		*Cat VI - Viandes rouges no hachées*
Blé		*Cat VIII - Légumes cuits autres que secs*
Fromage à la coupe		*Cat X - Fromages > 150 mg de Ca*
Banane - Kiwi		*Cat XIII - Desserts > 15% de lipides*

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de riz niçoise		*Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits*
Omelette		*Cat B - Lapin et Volaille*
Haricots verts - pommes de terre	---	*Cat III - Produits frits*
Fromage à la coupe		*Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L*
Danette		*Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L*

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
- 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