COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 13 novembre 2023 au vendredi 17 novembre 2023 | **Semaine 4 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 de riz		*Cat C - Hors d'oeuvre féculent*
Aiguillettes de poulet panées		*Cat B - Lapin et Volaille*
Epinards et pommes de terre à la crème		*Cat VIII - Légumes cuits autres que secs*
Yaourt nature		*Cat X - Fromages > 150 mg de Ca*
Clémentines, Ananas, pamplemousse		*Cat XV - Desserts Fruits crus*

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Betteraves rouges ou asperges		*Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits*
Bœuf aux olives		*Cat VI - Viandes rouges no hachées*
Semoule		*Cat IX - Féculents*
Chèvre ou comté		*Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L*
Smoothie		*Cat XV - Desserts Fruits crus*

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Soupe de potiron		*Cat II - Crudités - Légumes ou fruits*
Escalope de porc grillée		*Cat A - Viande de Porc*
Haricots verts		*Cat VIII - Légumes cuits autres que secs*
Chaource ou maroilles		*Cat X - Fromages > 150 mg de Ca*
Mousse au chocolat - gâteaux secs		*Cat E - Desserts lactés amylacés*

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Avocat, carottes râpées ou coleslaw		*Cat II - Crudités - Légumes ou fruits*
Croque fromage		*Cat VG - Plat végétarien*
Pommes de terre rissolées	---	*Cat VG - Plat végétarien*
Vache qui rit		*Cat VG - Plat végétarien*
Compote ou fruits au sirop		*Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits*

La Principale,
Karine HUDE

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