COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 11 décembre 2023 au vendredi 15 décembre 2023 | **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	Provenance	Plan alimentaire
Céleri rémoulade		*Cat II - Crudités - Légumes ou fruits*
Cervelas Orloff		*Cat A - Viande de Porc*
Purée		*Cat IX - Féculents*
Camembert		*Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca*
Compote ou fruits au sirop		*Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits*

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Endives ou mâche		*Cat II - Crudités - Légumes ou fruits*
Feuilleté au fromage		*Cat VG - Plat végétarien*
Poêlée de légumes		*Cat VIII - Légumes cuits autres que secs*
Yaourt nature sucré		*Cat X - Fromages > 150 mg de Ca*
Clémentine ou banane		*Cat XV - Desserts Fruits crus*

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Charcuterie		*Cat I - Entrées > 15% de lipides*
Beignets de poisson		*Cat V - Poisson >70%*
Riz		*Cat IX - Féculents*
Yaourt aromatisé		*Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L*
Pomme ou poire		*Cat XV - Desserts Fruits crus*

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Taboulé		*Cat C - Hors d'oeuvre féculent*
Nuggets de poulet		*Cat IV - Plats protidiques P/L <= 1*
Petits pois carottes	---	*Cat VIII - Légumes cuits autres que secs*
Gouda		*Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca*
Eclair		*Cat XIII - Desserts > 15% de lipides*

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