

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 14 octobre 2024 au vendredi 18 octobre 2024

Semaine 2 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
Radis, céleri		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Croque monsieur au fromage		Cat VG - Plat végétarien
Poêlée de légumes		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Tarte aux fruits		Cat XV - Desserts Fruits crus

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Carottes, champignons à la crème, betteraves rouges		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Boulettes de bœuf à la tomate		Bœuf haché >15%
Pommes de terre rissolées		Cat III - Produits frits
Yaourt bio à la framboise		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Clémentine, banane ou orange		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade verte		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Tartiflette		Cat VI - Viandes rouges no hachées
		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage ou yaourt		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Fruit		Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Soupe carottes, potiron et pommes de terre		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Chausson de volaille à la bolognaise		Cat V - Poisson >70%
Purée de patates douces		Cat IX - Féculents
Cheddar		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Donuts Halloween		Cat XIII - Desserts > 15% de lipides



La Principale  
Karine HUDE

La gestionnaire,  
Nathalie DECAILLON

L'infirmière,  
Tiffanie HOUSSEN



*[Signature]*

*[Signature]*

## 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

