

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 18 novembre 2024 au vendredi 22 novembre 2024

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

Salade verte
Pizza

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Cat VG - Plat végétarien

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Cat XV - Desserts Fruits crus

Chèvre ou mimolette
Crème brûlée ou crème caramel

MARDI

Asperges ou épis de maïs
Tomates farcies
Riz à la sauce tomate
Morbier ou cantal
Figue ou kiwi

Provenance

Plan alimentaire

Cat I - Entrées > 15% de lipides

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

JEUDI

Beignets de morue
Poulet grillé
Pommes de terre sautées
Gouda
Pasteis de Nata

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Cat VI - Viandes rouges no hachées

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Cat XIII - Desserts > 15% de lipides



VENDREDI

Avocat, surimi ou œuf mayonnaise
Filet de poisson sauce curry
Poêlée de légumes
Yaourt aux fruits mixés
Raisin ou kaki

Provenance

Plan alimentaire

Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits

Cat B - Lapin et Volaille

Cat III - Produits frits

Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L

Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L

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

