

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 02 décembre 2024 au vendredi 06 décembre 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 ou avocat		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Omelette		Cat VG - Plat végétarien
Petits pois - carottes		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage portion		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Banane ou litchis ou Kakis		Cat XV - Desserts Fruits crus
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Endives ou mâche		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Steack haché		Bœuf haché >15%
Frites		Cat III - Produits frits
Bresse bleu ou gouda		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Choux à la crème chocolat et vanille		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de pâtes surimi ou jambon		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Cervelas Orloff		Cat VI - Viandes rouges no hachées
Poêlée de légumes		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Yaourt aromatisé		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Fruits		Cat XV - Desserts Fruits crus
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Quiche aux fromages ou quiche lorraine		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Poisson		Cat V - Poisson >70%
Blé		Cat IX - Féculents
Chèvre ou brie		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Madeleine		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	
Lupin et produits à base de lupin		Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l		Moutarde et produits à base de moutarde	
Graines de sésame et produits à base de graines de sésame		Mollusques et produits à base de mollusques			