

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 09 décembre 2024 au vendredi 13 décembre 2024

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

Duo de carottes ou salade composée
Spaghettis à la carbonara

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Cat A - Viande de Porc

Cat IX - Féculents

Emmental bio

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

Guacamole - tortillas
Chili con carne
Riz



Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Cat VG - Plat végétarien

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Ananas

Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI

Provenance

Plan alimentaire

Crêpes fromage - crêpes jambon
Gratin de poisson

Cat I - Entrées > 15% de lipides

Cat V - Poisson >70%

Cat IX - Féculents

Yaourt nature sucré

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

Clémentine - orange

Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI

Provenance

Plan alimentaire

Salade de coquillettes, jambon
Cordon bleu
Ratatouille
Chaource - camembert
Gaufre

Cat C - Hors d'oeuvre féculent

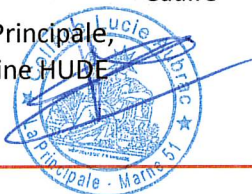
Cat IV - Plats protidiques P/L <= 1

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca

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

