

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 13 janvier 2025 au vendredi 17 janvier 2025

Semaine 1 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

Carottes râpées ou céleri rémoulade
Tagliatelles sauce crevettes curry

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Cat V - Poisson >70%

Cat IX - Féculents

Conté ou camembert

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

Paris brest ou mille feuilles

Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

MARDI

Provenance

Plan alimentaire

Taboulé au jambon/petits pois ou crevettes/pamplemousse

Cat C - Hors d'oeuvre féculent

Côte de porc moutarde à l'ancienne

Cat A - Viande de Porc

Pêlée de courgettes

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Petits suisses aromatisés

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Salade de fruits

Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI

Provenance

Plan alimentaire

Salade verte et coleslaw

Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits

Hot dog

Cat VI - Viandes rouges no hachées

Frites

Cat IX - Féculents

Cheddar

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

Cookies, brownies ou cheesecake

Cat XV - Desserts Fruits crus



VENDREDI

Provenance

Plan alimentaire

Radis ou avocat

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Omelette

Cat VG - Plat végétarien

Gratin de chou fleur et pommes de terre

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Tomme de savoie ou bresse bleu

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

Flamby

Cat E - Desserts lactés amylacés

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

