

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 20 janvier 2025 au vendredi 24 janvier 2025

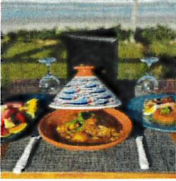

Semaine 2 du plan alimentaire type

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



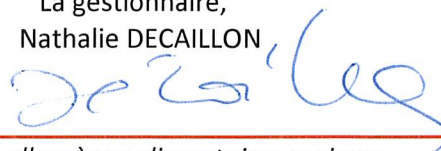
Les menus sont élaborés par période de cinq semaines, selon un plan alimentaire type. Il sont proposés par les délégués d'élèves de chaque classe, lors d'une commission, en présence du Chef d'établissement, du gestionnaire, de la conseillère principale d'éducation, de l'infirmière scolaire et de la cheffe de cuisine.

LUNDI	Provenance	Plan alimentaire
Betteraves fêta ou mozzarella ou betteraves maïs Pâtes au pesto / parmesan ou cheddar Yaourt nature sucré ou aromatisé Pomme ou poire		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
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
 salade de pois chiches ou salade méchouia Couscous Biscuit marocain à l'amande		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits Bœuf haché >15% Cat III - Produits frits Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de lentilles jambon ou cervelas vinaigrette Bœuf aux champignons forestiers Purée Saint Albray - emmental Kiwi ou clémentine		Cat C - Hors d'oeuvre féculent Cat VI - Viandes rouges no hachées Cat VIII - Légumes cuits autres que secs Cat X - Fromages > 150 mg de Ca Cat XV - Desserts Fruits crus
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Pâté en croûte Poisson frais blé Brillat-savarin ou munster Tarte aux poires amandine		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 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 