

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 27 janvier 2025 au vendredi 31 janvier 2025

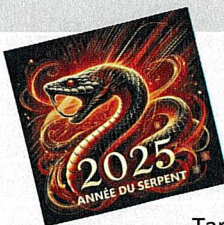

Semaine 3 du plan alimentaire type

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
Salade verte Tartiflette Cantalou - tomme grise Compote		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits Cat A - Viande de Porc Cat IX - Féculents Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Terrine de légumes ou semoule, raisins, tomates et petits pois Œuf cocotte Epinards à la béchamel et pommes de terre Fromage blanc au caramel Banane, orange ou kaki		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
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
 Nems Porc au caramel Riz cantonnais Tarte ananas coco ou flan coco		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 XV - Desserts Fruits crus
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de pâtes perles surimi ou jambon sec nuggets de volaille Ratatouille chaource ou reblochon Tropézienne ou clafoutis		Cat C - Hors d'oeuvre féculent Cat IV - Plats protidiqes 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 
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 	