

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 10 mars 2025 au vendredi 14 mars 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

Endives vinaigrette dés d'emmental et tomates cerises
Omelette, petits pois et carottes
Blé
Yaourt à la grecque nature ou aromatisé
Fruit de saison

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

Radis rond ou radis noir et beurre
Steack haché sauce ail et fines herbes
Frites
Comté ou munster
Glace

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

Taboulé poulet curry ou salade de pâtes
Sauté de bœuf à l'oignon
Carottes vichy
Yaourt nature sucré
Fruit de saison

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



Tortillas

Paëlla

Crème catalane



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



Mollusques et produits à base de mollusques



Graines de sésame et produits à base de graines de sésame