

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 03 mars 2025 au vendredi 07 mars 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
Tomates mozzarella, concombres fêta ou à la crème		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Filet de poisson sauce forestière		Cat V - Poisson >70%
Gratin dauphinois		Cat IX - Féculents
Fromage blanc au coulis de fruits rouges		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Pomme, poire ou kiwi		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de riz niçoise ou salade perle du pêcheur		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Jambon braisé		Cat A - Viande de Porc
Flageolets		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Babybel		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Beignet chocolat ou framboise		Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Asperges, cœurs de palmier ou fonds d'artichaut		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
Spaghettis bolognaise emmental ou parmesan		Cat VI - Viandes rouges no hachées
		Cat IX - Féculents
Yaourt aromatisé		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Salade de fruits		Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Carottes râpées raisins secs ou céleri vinaigrette		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Quenelles sauce curry		Cat VG - Plat végétarien
Poêlée de haricots extra fins		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Brie		Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Flamby caramel ou chocolat		Cat E - Desserts lactés amylicés

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