

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 28 avril 2025 au vendredi 02 mai 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
Salade de concombres composée		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Omelette		Cat VG - Plat végétarien
Epinards, pommes de terre et béchamel		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage blanc au coulis de mangue		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Kiwi, banane ou poire		Cat XV - Desserts Fruits crus

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
 Soupe de carottes et butternuts Dés de jambon sauce au potiron et cheddar gratin de coquillettes Mimolette Orange, mandarines ou clémentines		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
		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
Saucisson à l'ail et cornichons Filets de poisson sauce provençale Blé et petits pois Comté ou brillat savarin Cookies ou brownies		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	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	