

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 13 octobre 2025 au vendredi 17 octobre 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

Taboulé aux légumes  
Poêlée riz, haricots rouges, oignons, maïs et tomates

Fromage blanc caramel  
fruit

Provenance

Plan alimentaire

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

Salade composée  
Steack haché sauce boursin  
Pommes de terre rissolées  
Emmental ou bleu  
Roulé à la confiture

Provenance

Plan alimentaire

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

Soupe de potimarron  
Poulet aux champignons  
Gratin de pommes de terre, potiron et carottes  
Reblochon ou saint nectaie  
Gateau moelleux aux pommes

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

Assiette à l'anglaise  
Filet de colin pané, citron  
Semoule épicée  
Fromage ou yaourt  
Gaufre, muffin ou beignet

Provenance

Plan alimentaire

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

