

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 15 septembre 2025 au vendredi 19 septembre 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 de tomates, pastèque, fêta et menthe		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Sauté de porc à l'échalote		Cat A - Viande de Porc
Fusillis	Locale	Cat IX - Féculents
Bleu ou saint nectaire		Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Compote de fruits		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de melon, jambon sec, billes de mozzarella		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Quiche au fromage		Cat VG - Plat végétarien
Carottes vichy persillées		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Yaourt aromatisé		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Pomme ou poire		Cat XV - Desserts Fruits crus
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Concombres à la crème ou carottes râpées à l'abricot		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Lamelles d'encornets à la tomate		Cat V - Poisson >70%
Semoule		Cat IX - Féculents
Yaourt à la grecque		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Salade de fruits frais		Cat XV - Desserts Fruits crus
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de blé et épeautre aux tomates, olives et parmesan		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Cervelas à l'alsacienne		Cat IV - Plats protidiqes P/L <= 1
Petits pois, carottes et pommes de terre		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Comté ou brie		Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Beignet chocolat ou framboise		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	Moutarde et produits à base de moutarde
Graines de sésame et produits à base de graines de sésame	Mollusques et produits à base de mollusques	