

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 01 décembre 2025 au vendredi 05 décembre 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
Duo de carottes vinaigrette ou chou blanc vinaigrette		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Omelette		Cat VG - Plat végétarien
Semoule aromatisée		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage blanc coulis de mangue		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Salade de fruits frais		Cat XV - Desserts Fruits crus
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade iceberg vinaigrette		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Steack haché sauce échalotte		Bœuf haché >15%
Frites		Cat III - Produits frits
Tomme blanche		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Choux à la crème		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
 Salade auvergnate  Saucisse auvergnate  Aligot  Cantal  Clafoutis auvergnat	AUVERGNE 	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
Salade de céleri rémoulade ou salade de lentilles		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Filet de colin pané		Cat V - Poisson >70%
Risotto aux champignons		Cat IX - Féculents
Brie		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
crème dessert au chocolat		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		Mollusques et produits à base de mollusques	
Graines de sésame et produits à base de graines de sésame					