

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 05 janvier 2026 au vendredi 09 janvier 2026

Semaine 5 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. Ils 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

Betteraves rouges, maïs, œuf dur
Filet de colin meunière
Coquillettes au beurre
Mimolette ou gouda
Compote de fruits



Provenance

Bonne Année



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 méli-mélo
Cuisse de poulet au cidre
Purée de carottes curcuma
Brie ou tomme
Galette des rois maison

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 XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

JEUDI

Soupe de courge et chataigne
Bœuf stroganoff
Riz
Yaourt sucré
Banane, clémentine, pomme

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat VI - Viandes rouges non hachées
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Cat XIII - Desserts > 15% de lipides

VENDREDI

Salade verte composée
toastinettes au fromage

Provenance

Plan alimentaire

Cat D - Crudités Légumes ou Fruits
Cat B - Lapin et Volaille
Cat III - Produits frits

Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L

L'infirmière,
Tiffanie HOUSSEN



La gestionnaire,
Nathalie DECAILLON

Liste des 14 allergènes alimentaires majeurs

Céréales contenant du gluten



Crustacés et produits à base de crustacés



Arachides et produits à base d'arachides



Œufs et produits à base d'œufs



Soja et produits à base de soja



Poisson et produits à base de poisson



Fruits à coque



Céleri et produits à base de céleri



Moutarde et produits à base de moutarde



Lait et produits à base de lait



Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l

Lupin et produits à base de lupin



Mollusques et produits à base de mollusques



Graines de sésame et produits à base de graines de sésame

