

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. 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.

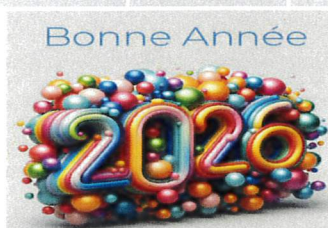
LUNDI

Provenance

Plan alimentaire



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



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

Provenance

Plan alimentaire

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



GALETTE DES ROIS

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

Provenance

Plan alimentaire

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

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat VI - Viandes rouges no hachées
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Cat XIII - Desserts > 15% de lipides

VENDREDI

Provenance

Plan alimentaire

Salade verte composée
toastinettes au fromage
Emmental ou camembert
Clafoutis aux cerises

Cat D - Cuidités 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

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



Mollusques et produits à base de mollusques



Graines de sésame et produits à base de graines de sésame