

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 19 janvier 2026 au vendredi 23 janvier 2026

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. 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

Salade verte

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Croziflette

Cat VG - Plat végétarien

Yaourt aromatisé

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Salade de fruits au sirop

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Cat XV - Desserts Fruits crus

MARDI

Radis rose, beurre ou duo de carottes râpées, raisins secs

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Ratatouille maison

Bœuf haché >15%

Omelette

Cat III - Produits frits

Yaourt au sucre de canne

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

Banane

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

JEUDI

Salade composée

Provenance

Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent

Cuisse de poulet

Cat VI - Viandes rouges non hachées

Gratin de pommes de terre et champignons

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Chaource ou brie

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Moelleux au chocolat crème anglaise

Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI

Salade de lentilles paysannes ou salade de pâtes perles

Provenance

Plan alimentaire

Cat I - Entrées > 15% de lipides

Cordon bleu

Cat V - Poisson >70%

Duo de haricots

Cat IX - Féculents

Munster ou bleu

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

Tarte aux pommes

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



Arachides et produits à base d'arachides



Œufs et produits à base d'œufs

Poisson et produits à base de poisson



Fruits à coque



Céleri et produits à base de céleri



Soja et produits à base de soja

Lait et produits à base de lait



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



Moutarde et produits à base de moutarde

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

