

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 26 janvier 2026 au vendredi 30 janvier 2026

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. 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

Provenance

Plan alimentaire

- Quiche lorraine, paysanne ou au fromage
- Escalope de dinde à la crème
- Poêlée de pommes de terre, courgettes et oignons rouges
- Tartare ou babybel
- Clémentine, pomme ou poire

- Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
- Cat A - Viande de Porc
- Cat IX - Féculents
- Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
- Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits

MARDI

Provenance

Plan alimentaire

- Carottes râpées curcuma et raisins secs ou bettes râpées fêta
- Tomates farcies sauce tomate
- Riz pilaf
- Yaourt aromatisé
- Ananas, banane ou kiwi

- 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

JEUDI

Provenance

Plan alimentaire

- Macédoine mayonnaise ou salade de cœur de palmier
- Sauté de porc à la moutarde
- Purée de patates douces
- mimolette ou bleu
- Riz au lait à la vanille

- 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 XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI

Provenance

Plan alimentaire

- Chou fleur vinaigrette persillé ou radis rose et noir
- Colombo végétarien
- Gouda ou chèvre
- Compote de fruits et biscuit

- Cat C - Hors d'œuvre féculent
- Cat IV - Plats protidiques P/L <= 1
- Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
- Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
- Cat XIII - Desserts > 15% de lipides



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



Oeufs et produits à base d'œufs



Poisson et produits à base de poisson



Céleri et produits à base de céleri

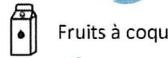


Soja et produits à base de soja

Lait et produits à base de lait



Fruits à coque



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

