

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 04 mai 2026 au vendredi 08 mai 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. 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
Taboulé fraîcheur		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Aiguillettes de poulet sauce curry		Cat A - Viande de Porc
Poêlée de légumes		Cat IX - Féculents
Yaourt brassé aromatisé		Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
Banane, nectarine ou abricot		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Mélange de salade (verte, mâche et endives)		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Hachis parmentier		Cat VG - Plat végétarien
Fromage blanc sucré		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fraises locales		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
		Cat XV - Desserts Fruits crus
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade de melon, jambon sec et mozzarella ou salade de concombre		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Sauté de porc aux champignons		Cat V - Poisson >70%
Trio de haricots		Cat IX - Féculents
Chèvre ou bleu		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Pâtisserie au choix		Cat XV - Desserts Fruits crus
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
		Cat IV - Plats protidiqes 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 Principale,  
Karine HUDES



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
Lupin et produits à base de lupin	Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l	Moutarde et produits à base de moutarde
Graines de sésame et produits à base de graines de sésame	Mollusques et produits à base de mollusques	