

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 28 septembre 2026 au vendredi 02 octobre 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

Salade verte composée
Tender végétal corn flakes
Epinards à la crème
Yaourt aromatisé
Prunes ou quetsches

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

Gaspacho/jambon grillé



Paëlla



Crème catalane

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

Carottes râpées persillées et tomates mozzarella
Sauté de bœuf aux oignons
Brocolis et pommes de terre béchamel
Brie
Brownies

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

Betteraves rouges/œufs mayonnaise
Emincé de dinde mariné à la mexicaine
Frites
Petit filou
Raisin blanc, raisin noir ou ananas

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

Le Principal,
Arnaud DESSAINT

La gestionnaire,
Nathalie DECAILLON

L'infirmier,
Timothé DESIRONT

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