

# COLLEGE DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 07 septembre 2020 au vendredi 11 septembre 2020

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. 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
Tomates mozzarella ou fête		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Panés de patates douces		Cat VG - Plat végétarien
Boulettes de soja à la tomate	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Yaourt aromatisé		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Pomme ou poire		Cat XV - Desserts Fruits crus

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade verte		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Steack haché	Locale	Bœuf haché >15%
Frites	---	Cat III - Produits frits
Brie ou tomme	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Glace	Locale	Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
œufs mayonnaise ou surimi		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Bœuf bourguignon	Locale	Cat VI - Viandes rouges no hachées
Pommes de terre – carottes	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage blanc coulis de fruits rouges		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Raisin blanc ou noir		Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Pizza		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Tagliatelles de poisson	---	Cat V - Poisson >70%
Maroille ou camembert	---	Cat IX - Féculents
Île flottante	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
		Cat XIII - Desserts > 15% de lipides

Le Principal,  
Jean-Christophe MENUT

Le gestionnaire,  
Walter BRIDENNE

L'infirmière,  
Tiffany 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			