

COLLEGE DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 09 novembre 2020 au vendredi 13 novembre 2020

Semaine 4 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

Panismile tomate ketchup
Cuisse de poulet rôtie
Gratin de chou et pommes de terre
Yaourt nature sucré
Banane ou orange

Provenance

Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Cat B - Lapin et Volaille
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Cat XV - Desserts Fruits crus

MARDI

œufs durs ou surimi mayonnaise
Steack haché sauce ail et fines herbes
Pâtes
Fromage blanc coulis de fruits rouges
Clémentine ou kiwi

Provenance

Plan alimentaire

Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
Cat VI - Viandes rouges no hachées
Cat IX - Féculents
Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI

Céleri – duo de carottes ou chou rouge
Cervelas Orloff
Poêlée gersoise
Saint nectaire ou bûche du pilat
Mousse au chocolat lait ou noir

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat A - Viande de Porc
Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Cat E - Desserts lactés amylicés



VENDREDI

Concombre ou tomate vinaigrette
Hachis parmentier végétarien
Le carré ou tomme de Savoie
Compote

Provenance

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Cat VG - Plat végétarien
Cat VG - Plat végétarien
Cat VG - Plat végétarien
Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits

Le Principal,
Jean-Christophe



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



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

Graines de sésame et produits à base de graines de sésame



Mollusques et produits à base de mollusques



COLLEGE DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 16 novembre 2020 au vendredi 20 novembre 2020

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 d'endives vinaigrette ou mâche		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Macaronis sauce au fromage		Cat VG - Plat végétarien
	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage blanc coulis de fruits rouges		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Banane ou clémentine		Cat XV - Desserts Fruits crus

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Cervelas vinaigrette ou pâtes perles au saumon		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Filet de colin meunière citron		Cat V - Poisson >70%
Blé à la tomate	---	Cat IX - Féculents
Cantal ou mimolette	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Liégeois chocolat, vanille ou café		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Macédoine de légumes mayonnaise – œuf dur		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
bœuf à la provençale	Locale	Cat VI - Viandes rouges no hachées
Haricots verts – semoule	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Fromage à la coupe		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Éclair, chenky brownies, donuts		Cat XIII - Desserts > 15% de lipides

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade verte composée		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
Kébab		Cat B - Lapin et Volaille
Frites	---	Cat III - Produits frits
Yaourt aromatisé	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Kiwi ou pomme		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L

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			