

# COLLEGE DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 23 novembre 2020 au vendredi 27 novembre 2020

Semaine 1 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
Concombres à la crème ou tomates vinaigrette		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Filet de colin sauce crevette		Cat V - Poisson >70%
Tortis colorées	---	Cat IX - Féculents
Brie ou Morbier		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Mille feuilles ou Paris Brest		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Pizza Margarita		Cat C - Hors d'oeuvre féculent
Rôti de porc sauce moutarde à l'ancienne		Cat A - Viande de Porc
Flageolets	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Yaourt aromatisé	---	Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Salade de fruits		Cat XV - Desserts Fruits crus

JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Salade verte – jambon sec		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
Tartiflette	---	Cat VI - Viandes rouges no hachées
Yaourt nature sucré		Cat IX - Féculents
Orange ou poire		Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
		Cat XV - Desserts Fruits crus

VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Carottes – coleslaw		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Croq fromage soja/blé		Cat VG - Plat végétarien
épinards béchamel – œufs durs – pommes de terre	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Babybel ou kiri	---	Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca
crème aux œufs		Cat E - Desserts lactés amylacés

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			