

COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 31 mai 2021 au vendredi 04 juin 2021

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
Asperges vinaigrette		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
Rôti de boeuf		Cat VG - Plat végétarien
Flageolets ou haricots rouges	---	Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Yaourt aromatisé		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Banane		Cat XV - Desserts Fruits crus
MARDI	Provenance	Plan alimentaire
Concombres vinaigrette fêta ou tomates mozzarella		Cat I - Entrées > 15% de lipides
Omelette		Cat V - Poisson >70%
Riz à la tomate	---	Cat IX - Féculents
Brie ou mimolette	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Fraises		Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc
JEUDI	Provenance	Plan alimentaire
Radis		Cat II - Crudités - Légumes ou fruits
bœuf carottes		Cat VI - Viandes rouges no hachées
Petis pois à la française		Cat VIII - Légumes cuits autres que secs
Morbier		Cat X - Fromages > 150 mg de Ca
Glace		Cat XIII - Desserts > 15% de lipides
VENDREDI	Provenance	Plan alimentaire
Champignons à la grec ou coleslaw		Cat D - Cuidités Légumes ou Fruits
Poulet		Cat B - Lapin et Volaille
Frites	---	Cat III - Produits frits
Camembert ou rouy	---	Cat XII -P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L
Abricot – pêche – nectarine		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		Ceufs 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			