

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 14 juin 2021 au vendredi 18 juin 2021

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

Carottes râpées vinaigrette – concombres à la crème

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Raviolis aux légumes

Cat VG - Plat végétarien

---

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Emmental ou camembert bio

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Melon – pastèque – pamplemousse

Cat XV - Desserts Fruits crus

## MARDI

Provenance

Plan alimentaire

Radis

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Steack haché

Bœuf haché >15%

Frites fraîches

---

Cat III - Produits frits

Yaourt aromatisé

---

Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L

Pomme ou poire

Cat XIV - Desserts <15% lip, > de 20 g gluc

## JEUDI

Provenance

Plan alimentaire

Salade de pâtes thon ou jambon

Cat C - Hors d'oeuvre féculent

Sauté de bœuf

Cat VI - Viandes rouges no hachées

Haricots beurre

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Yaourt brassé aux fruits bio

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Ananas – fraises

Cat XV - Desserts Fruits crus

## VENDREDI

Provenance

Plan alimentaire

Charcuterie

Cat I - Entrées > 15% de lipides

Filet de poisson frais sauce dieppoise

Cat V - Poisson >70%

Boulgour

---

Cat IX - Féculents

Conté ou bleu

---

Cat XII - P. lait. >100 mg de Ca < de 5 g de L

Brownies crème anglaise

Cat XIII - Desserts > 15% de lipides

Le Principal,  
Jean-Christophe MENUET

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

