

# COLLEGE LUCIE AUBRAC DE MONTMORT-LUCY

Menus du lundi 04 octobre 2021 au vendredi 08 octobre 2021

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

Gaspatcho de tomates, jambon fumé sec

Pâella

Monchego

Churros au chocolat

Provenance

Locale

Locale

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Cat V - Poisson >70%

Cat IX - Féculents

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

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

## MARDI

Salade de coquillettes au jambon

jambon grillé

Poêlée texmex

Fromage blanc et coulis de fruits rouges

Banane ou kiwi

Provenance

Locale

---

Plan alimentaire

Cat C - Hors d'oeuvre féculent

Cat A - Viande de Porc

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Cat X - Fromages > 150 mg de Ca

Cat XV - Desserts Fruits crus

## JEUDI

Betteraves rouges ou salade coleslaw ou salade chou comté

Pâtes à la bolognaise

Pont l'évêque ou tomme de Savoie

Ananas - poire ou pomme

Provenance

Locale

Plan alimentaire

Cat D - Crudités 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

## VENDREDI

Salade verte composée

Quiche aux fromages

Ratatouille

Brie ou maroille

Cookies

Provenance

---

---

Plan alimentaire

Cat II - Crudités - Légumes ou fruits

Cat VG - Plat végétarien

Cat VIII - Légumes cuits autres que secs

Cat XI - From. > 100 mg et < 150 mg de Ca

Cat E - Desserts lactés amyliacés

Le Principal,  
Jean-Christophe MENUT

La gestionnaire,  
Nathalie DECAILLON

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

