

# AU MENU DES CANTINES – MOIS DE MAI 2019



Les plats à base de produits issus de la régie municipale de Haute-Combe sont signalés par ce logo.

Les plats confectionnés « maison » sont signalés par un astérisque\*



**Viande, poisson, œuf**

**Céréales et féculents**

**Fruits et légumes**

**Produits laitiers**

Tous les produits agricoles sont issus de l'Agriculture Biologique. La plupart des légumes sont issus de la Régie Agricole du domaine de Haute Combe, à Mouans-Sartoux. Tous les plats sont cuisinés sur place, le jour-même. L'essentiel est « fait-maison » à partir de produits frais dans la majorité des cas et de saison. Toutes les viandes servies sont biologiques et d'origine française. Le service se réserve le droit de modifier les menus en fonction de la production.



Du 1 <sup>er</sup> au 3				
		mercredi	jeudi	vendredi
			crudités de saison * curry de lentilles corail et riz semi-complet aux légumes de saison yaourt aux 2 confitures	crudités de saison * couscous de poisson semoule et petits légumes emmental ou tomme fruit de saison
			goûter : pain et fruit de saison	goûter : pain et chocolat au lait
Du 6 au 10				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison * omelette aux herbes aromatiques riz semi-complet brie fruit de saison	salade de pois chiches * poisson à l'huile d'olive de haute combe poêlée de légumes de saison emmental ou cantal gâteau marbré	crudités de saison * chili sin carne aux légumes de saison cantal ou gouda fruit de saison	crudités de saison * pain de viande sauce tomate polenta smoothie aux fruits	
goûter : pain et confiture	goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison * pain de viande sauce tomate polenta smoothie aux fruits	goûter : gressins et fruit de saison	goûter : pain et fromage
Du 13 au 17				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
taboulé à la mimolette * terrine de poisson sauté de légumes de saison yaourt aux 2 confitures	crudités de saison * rosbeef frites cantal ou gouda fruit de saison	crudités de saison * salade de céréales aux fèves * omelette au fromage légumes de saison sautés brie fruit de saison	crudités de saison * pâtes semi-complètes sauce aux pois chiches et légumes gouda ou cantal fruit de saison	crudités de saison * rôti de dinde sauce tomate mélange de céréales brie fruit de saison
goûter : pain et fromage	goûter : pain et fruit de saison	goûter : pain et chocolat noir	goûter : gressins et fruit de saison	goûter : biscottes et confiture
Du 20 au 24				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison * saucisses de volaille lentilles vertes yaourt miel ou sucre	pizza * rôti de veau sauce moutarde légumes de saison sautés brie fruit de saison	crudités de saison * poisson sauce pain d'épices riz semi-complet gouda ou tomme fruit de saison	crudités de saison * raviolis au tofu julienne de légumes à la crème tomme ou emmental purée de fruits	salade de pommes de terre * omelette au fromage légumes de saison rôtis brie fruit de saison
goûter : pain et chocolat au lait	goûter : pain d'épices et fruit de saison	goûter : pain et confiture	goûter : gressins et fruit de saison	goûter : gâteau aux fruits
Du 27 au 31				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de riz * sauté d'agneau Méli-mélo de légumes de saison cantal ou gouda fruit de saison	crudités de saison * jambon frites brie fruit de saison	crudités de saison * escalope de poulet pâtes au beurre yaourt aux 2 confitures	crudités de saison * escalope de poulet pâtes au beurre yaourt aux 2 confitures	crudités de saison * escalope de poulet pâtes au beurre yaourt aux 2 confitures
goûter : biscottes et confiture	goûter : gressins et fruit de saison	goûter : pain et fromage	crudités de saison * escalope de poulet pâtes au beurre yaourt aux 2 confitures	pas d'école !!!



Les produits laitiers (yaourts, fromages blancs et fromages) sont subventionnés dans le cadre du programme de l'Union européenne à destination des écoles.