

AU MENU DES CANTINES - MOIS DE SEPTEMBRE 2019



100 %



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



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



Du 2 au 6				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* poisson à l'huile d'olive* riz semi-complet et tomates fraîches* cantal ou emmental fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait	taboulé* rôti de dinde* gratin de courgettes à la tomate* yaourt nature, aux 2 confitures goûter : gressins et fruit de saison	gaspacho* rosbeef* pommes de terre sauce fromage blanc* brie fruit de saison goûter : biscottes et confiture	crudités de saison* spaghettis* bolognaise de lentilles et légumes de saison* accompagnés de fromage râpé fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	salade de haricots coco* œufs gratinés* ratatouille* yaourt aux deux confitures goûter : pain et fromage
Du 9 au 13				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de pâtes* rôti de veau* sauté de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	crudités de saison* poisson persillé* frites* yaourt nature, au miel ou sucre goûter : pain et fromage	salade de lentilles à la menthe* omelette nature* gratin de légumes de saison* cantal ou emmental fruit de saison goûter : pain et confiture	crudités de saison* couscous végétarien de semoule* pois chiches et légumes de saison* yaourt nature, aux 2 confitures goûter : pain d'épices maison/fruit de saison	crudités de saison* jambon* pâtes semi-complètes au beurre* tomme ou gouda fruit de saison goûter : pain et fruit de saison
Du 16 au 20				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* escalope de poulet* pommes de terre sauce taboulé* tomme ou gouda fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	salade mexicaine* pain de viande sauce tomate* sauté de légumes de saison* brie gâteau aux fruits goûter : gressins et fruit de saison	crudités de saison* poisson sauce aux 4 épices* Mélange 4 céréales* yaourt nature, aux 2 confitures goûter : pain et fromage	crudités de saison* lasagnes végétariennes* aux lentilles vertes et légumes de saison* gouda ou emmental fruit de saison goûter : pain et chocolat noir	crudités de saison* agneau à la provençale* polenta* gouda ou emmental fruit de saison goûter : biscottes et confiture
Du 23 au 27				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* omelette aux herbes* gratin de pâtes* yaourt nature, au miel ou sucre goûter : gressins et fruit de saison	crudités de saison* rosbeef mariné* frites* cantal ou tomme fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait	pizza* poulet rôti* sauté de légumes de saison* smoothie aux fruits* goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison* haricots rouges à l'indienne et riz* accompagnés de légumes de saison* cantal ou tomme fruit de saison goûter : biscottes et confiture	soupe de saison* filet de poisson* gnocchis sauce champignons brie fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison
Le 30				
lundi	<p>Viande, poisson, œuf</p> <p>Céréales et féculents</p> <p>Fruits et légumes</p> <p>Produits laitiers</p>			
salade de riz* aiguillettes de poulet* légumes de saison sautés* cantal ou gouda fruit de saison goûter : purée de fruits et pain				

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.



Les produits laitiers (fromages, yaourts et fromages blancs natures) et fruits frais distribués lors du déjeuner sont subventionnés dans le cadre du programme de l'UE à destination des écoles.