

AU MENU DES CANTINES - MOIS DE MARS 2020



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



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

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 2 au 6				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison poisson sauce aux champignons* riz semi-complet cantal ou emmental fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	salade de pommes de terre* tajine tunisien d'oeufs* aux légumes de saison* brie fruit de saison goûter : pain et chocolat noir	crudités de saison escalope de dinde à la crème* mélange céréalien* yaourt nature aux 2 confitures goûter : pain et fromage	crudités de saison pain végétarien* aux légumes de saison* cantal ou emmental fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	pizza* rôti de veau poêlée de légumes de saison fromage blanc nature aux 2 confitures goûter : gressins et fruit de saison
Du 9 au 13				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de haricots rouges* aiguillettes de poulet* gratin de légumes de saison* yaourt nature au miel ou sucre goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison poisson sauce escabeche* frites* cantal ou tomme fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	Soupe de saison* sauté d'agneau* légumes de saison rôtis* brie fruit de saison goûter : yaourt et céréales	crudités de saison raviolis au tofu* sauce aux légumes de saison cantal ou emmental gâteau marbré goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison œufs gratinés* pâtes semi-complètes sauce tomate brie fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait
Du 16 au 20				
lundi	mardi	mercredi*	jeudi	vendredi
crudités de saison rôti de bœuf sauce moutarde* lentilles blondes* tomme ou gouda fruit de saison goûter : gressin et fruit de saison	salade de pâtes* pain de poisson* sauté de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : purée de fruit et fruits secs	crudités de saison omelette aux herbes* trio de riz* yaourt nature aux 2 confitures goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison pâtes semi-complètes* aux pois chiches et légumes de saison tomme ou gouda fruit de saison goûter : biscottes et confiture	crudités de saison hachis parmentier tomme ou gouda fruit de saison goûter : pain et chocolat noir
Du 23 au 27				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de lentilles* cake aux œufs* accompagné de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison rôti de veau sauce aux herbes* frites* gouda ou emmental fruit de saison goûter : pain et fromage	crudités de saison* escalope de poulet* risotto aux poireaux* brie fruit de saison goûter : biscotte et confiture	crudités de saison* riz semi-complet et lentilles corail* sauce au curry et légumes de saison yaourt nature aux 2 confitures goûter : pain d'épices maison et fruit de saison	crudités de saison* couscous de poisson* semoule et petits légumes de saison gouda ou emmental fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison
Du 30 au 31				
lundi	mardi	Viande, poisson, œuf Céréales et féculents Fruits et légumes Produits laitiers		
crudités de saison sauté de porc au thym* pâtes semi-complètes cantal ou emmental fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	salade de pommes de terre* omelette nature* poêlée de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait			



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