

AU MENU DES CANTINES - MOIS DE JUIN 2020



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 au 5				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	crudités de saison rôtie de veau au thym* pommes de terre vapeur* yaourt nature, au sucre ou au miel	salade de riz* poisson sauce pain d'épices* poêlée de légumes de saison* tomme ou gouda fruit de saison	cuites de saison galettes de céréales et légumineuses* accompagnée de légumes de saison* tomme ou gouda fruit de saison	salade de pois chiches au cumin* omelette aux herbes* poêlée de légumes de saison* yaourt nature, aux deux confitures
	Goûter : fruit et pain d'épices	Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et chocolat au lait	Goûter : pain et fromage
Du 8 au 12				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison aïoli de poisson* pommes de terre et petits légumes* yaourt nature, aux deux confitures	duo de lentilles vertes et blondes omelette nature* carottes vichy* edam ou gouda fruit de saison	crudités de saison sauté d'agneau* riz semi-complet yaourt nature, aux deux confitures	cuites de saison lasagnes végétariennes* aux lentilles corail et petits légumes* brie fruit de saison	crudités de saison sauté de dinde* bouillgour sauce tomate* gouda ou emmental fruit de saison
Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : gâteau*	Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et chocolat noir	Goûter : pain et fruit de saison
Du 15 au 19				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de pâtes complètes* aiguillettes de poulet* légumes de saison rôtis* tomme ou emmental fruit de saison	crudités de saison rosbeef* pomme de terre vapeur* brie fruit de saison	pizza* omelette au fromage* sauté de légumes de saison* gouda ou emmental fruit de saison	courgettes à la menthe* raviolis au tofu sauce aux légumes de saison* smoothie aux fruits*	crudités de saison couscous de poisson* semoule semi-complète et petits légumes* gouda ou emmental fruit de saison
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : gressins et chocolat au lait	Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : biscotte et confiture	Goûter : pain et fruit de saison
Du 22 au 26				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison jambon purée de pommes de terre* tomme ou emmental fruit de saison	duo de haricots rouges et blancs œufs gratinés* sauté de légumes de saison* yaourt nature, aux deux confitures	crudités de saison pain de poisson* pâtes semi-complètes brie fruit de saison	crudités de saison curry de lentilles corail et riz semi-complet* et légumes de saison* yaourt nature, aux deux confitures	salade de bouillgour semi-complet rôtie de dinde* sauté de légumes de saison* brie gâteau*
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : fruits secs et purée de fruits	Goûter : pain et fromage	Goûter : pain et chocolat noir
Du 29 au 30				
lundi	mardi			
salade de haricots blancs moussaka d'égrainé de bœuf* et aubergines* tomme ou emmental fruit de saison	crudités de saison poisson aux herbes* polenta* brie fruit de saison			
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et fruit de saison			



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