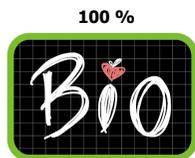


# AU MENU DES CANTINES - MOIS DE DÉCEMBRE 2016



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.

Viande, poisson, œuf

Céréales et féculents

Fruits et légumes

Produits laitiers

Tous les produits 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. Les quelques produits surgelés concernent le poisson et certains légumes, en période hivernale, quand la production de Haute-Combe est faible. Les rares conserves concernent : le maïs, les cœurs de palmier, le thon, les fruits au sirop et la compote. Tout le reste est frais. Le service se réserve le droit de modifier les menus en fonction de la production.

Du 1er au 2				
jeudi		vendredi		
crudités de saison* lasagnes* laitage		salade de coquillettes* terrine de poisson* purée de légumes de saison* fromage fruit de saison		
goûter : pain et fruit de saison		goûter : pain « spécial » et chocolat		
Du 5 au 9				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* pain de viande* semoule à la tomate* fromage fruit de saison	betteraves* émietté de poisson sauce poireaux* pâtes au beurre* yaourt et confiture	salade de pois chiches* gigot d'agneau* gratin de légumes de saison* fruit de saison	salade de riz* omelette* méli-mélo de légumes de saison* fromage fruit de saison	crudités de saison* poulet rôti* sauté de légumes et pommes de terre* fromage compote
goûter : crackers et confiture	goûter : pain et fruit de saison	goûter : pain et fromage	goûter : gressins et compote	goûter : pain et chocolat au lait
Du 12 au 16				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* poisson* riz au beurre* fromage fruit de saison	<i>Menu de Noël</i> 	salade de lentilles* rôti de dinde* sauté de légumes de saison* fromage fruit de saison	crudités de saison* blanquette de veau* riz aux petits légumes* yaourt et confiture	salade de pois chiches* sauté de porc* purée de courge* fromage fruit de saison
goûter : crackers et confiture	goûter : gressins et fruit de saison	goûter : pain - beurre - chocolat	goûter : pain d'épices et fruit de saison	goûter : pain et chocolat noir
Du 19 au 23				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* omelette* quinoa aux légumes* fromage fruits au sirop	crudités de saison* émincé de dinde* et ses petits légumes* fromage gâteau*	crudités de saison* raviolis au tofu sauce bolognaise* fromage blanc miel ou sucre	taboulé hivernal* poisson* gratin de légumes de saison* fruit de saison	soupe de légumes* sauté d'agneau basquaise* pommes de terre vapeur* fromage fruit de saison
goûter : pain et confiture	goûter : pain et fruit de saison	goûter : gressins et compote	goûter : pain et fromage	goûter : pain et chocolat
Du 26 au 30				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* rôti de dinde boulgour sauce tomate* fromage fruit de saison	pizza* escalope de veau milanaise* haricots verts* flan aux œufs	crudités de saison* jambon cuit* pâtes au beurre et fromage râpé* fruits au sirop	crudités de saison* boulettes de viande sauce tomate* pommes de terre boulangère* yaourt et confiture	salade de coquillettes* poisson* purée de légumes de saison* fromage fruit de saison
goûter : pain et chocolat noir	goûter : pain d'épices et fruit de saison	goûter : pain et confiture	goûter : pain et fruit de saison	goûter : panaché de goûters