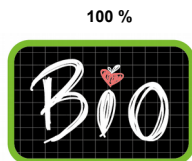




AU MENU DES CANTINES – MOIS DE DÉCEMBRE 2019



Viande, poisson, œuf

Céréales et féculents




Fruits et légumes

Produits laitiers



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

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

Du 2 au 6				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade céréalienne* sauté d'agneau* gratin de légumes* cantal ou gouda fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison rôti de dinde* frites* yaourt aux deux confitures goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison poisson sauce curry* polenta* brie purée de fruits goûter : pain et chocolat au lait	crudités de saison riz et haricots rouges* méli-mélo de légumes de saison* cantal ou gouda fruit de saison goûter : biscotte et confiture	crudités de saison chakchouka à l'œuf* et semoule semi-complète yaourt au miel ou au sucre goûter : pain et fromage
Du 9 au 13				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
potage* émincé de poulet* légumes de saison au four* gouda ou cantal fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	salade de lentilles* omelette nature* légumes de saison sautés* brie fruit de saison goûter : pain et chocolat noir	crudités de saison sauté de boeuf* purée de patate douce* yaourt aux deux confitures goûter : pain et fromage	 goûter : pain et fruit de saison	salade de pommes de terre* poisson sauce citronnée* riz semi-complet brie fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison
Du 16 au 20				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de haricots rouges* œufs gratinés* sauté de légumes de saison* cantal ou emmental fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison poisson aux aromates* pommes de terre sauce fromage blanc* yaourt aux deux confitures goûter : pain et fruit de saison	salade de pâtes* jambon gratin de légumes* brie fruit de saison goûter : biscotte et confiture	crudités de saison lasagnes végétariennes* aux légumes de saison* yaourt au miel ou au sucre goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison sauté de veau* légumes de saison au four* cantal ou emmental fruit de saison goûter : panaché de goûters
Du 23 au 27				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
trio de riz* pain de poisson sauce tomate* sauté de légumes de saison* emmental ou tomme fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison égrainé de boeuf* pâtes semi-complètes au beurre yaourt aux deux confitures goûter : pain et fruit de saison		crudités de saison raviolis au tofu sa sauce aux légumes de saison* emmental ou tomme fruit de saison goûter : gressins et purée de fruit	crudités de saison omelette au fromage* pommes de terre/légumes de saison* yaourt aux deux confitures goûter : pain et chocolat au lait
Du 30 au 31				
lundi	mardi	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.		
salade de pois chiches* gigot d'agneau* gratin de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison émiette de poisson* gnocchis sauce tomate* emmental ou tomme fruit de saison goûter : gâteau	 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.		