

# AU MENU DES CANTINES - MOIS DE JUILLET 2019



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



**Viande, poisson, œuf**

**Céréales et féculents**

**Fruits et légumes**

**Produits laitiers**

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

Du 1 <sup>er</sup> au 5				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* <b>sauté d'agneau*</b> polenta tomme ou emmental fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait	crudités de saison* pain végétarien* et légumes de saison* yaourt nature, aux deux confitures goûter : gressins et fruit de saison	salade de riz* <b>poisson à l'huile d'olive de H.Combe*</b> sauté de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : biscottes et confiture	Menu à thème : région niçoise goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison* <b>aiguillettes de poulet*</b> pâtes semi-complètes tomme ou emmental farandole de fruits goûter : panaché de goûters
Du 8 au 12				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* <b>poisson sauce citronnée*</b> riz semi-complet brie fruit de saison goûter : biscotte et confiture	salade de pois chiches au persil* <b>Flan *</b> de ratatouille* cantal ou emmental fruit de saison goûter : pain et chocolat noir	crudités de saison* <b>poulet rôti</b> semoule semi-complète yaourt nature, au miel ou au sucre goûter : pain et fromage	crudités de saison* moussaka végétarienne* aux lentilles corail cantal ou emmental fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison* <b>rôti de veau au jus de thym*</b> lentilles vertes smoothie aux fruits* goûter : gressins et fruit de saison
Du 15 au 19				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* <b>rosbeef*</b> boulgour sauce tomate* brie fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	salade de pâtes* <b>poisson sauce vierge*</b> poêlée de légumes de saison* gouda ou cantal fruit de saison goûter : pain d'épices et fruit de saison	crudités de saison* <b>omelette au fromage*</b> risotto* brie fruit de saison goûter : pain et confiture	crudités de saison* lentilles corail et riz sauce curry* accompagnés de légumes de saison* gouda ou cantal fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	salade de haricots secs* <b>escalope de dinde</b> légumes de saison gratinés* yaourt nature, aux deux confitures goûter : pain et chocolat au lait
Du 22 au 26				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de haricots verts* <b>rôti de dinde*</b> mélange céréalien* tomme ou gouda fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	pizza* <b>sauté de veau*</b> légumes de saison vapeur* brie fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison* <b>aïoli de poisson*</b> p.de terre et légumes de saison* yaourt nature, aux 2 confitures goûter : pain et fromage	crudités de saison* <b>raviolis au tofu</b> sauce au pistou* tomme ou gouda gâteau aux fruits* goûter : gressins et fruit de saison	salade de pâtes* <b>omelette sauce aux poivrons*</b> légumes de saison gratinés* brie fruit de saison goûter : biscottes et confiture
Du 29 au 31				
lundi	mardi	mercredi	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.	
crudités de saison* <b>daube de bœuf*</b> à la polenta emmental ou tomme fruit de saison goûter : pain et chocolat noir	taboulé* <b>poisson sauce tomate*</b> sauté de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	mercredi gaspacho* <b>rôti de porc à la basquaise*</b> pâtes semi-complètes emmental ou tomme fruit de saison goûter : cake aux fruits*		



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