

AU MENU DES CANTINES – MOIS DE FÉVRIER 2021



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



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

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 1er au 5				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de pommes de terre* œufs gratinés* sauté de légumes de saison* fromage fruit de saison	crudités de saison aiguillette de poulet sauce tomate* semoule au beurre* fromage fruit de saison	crudités de saison pain de poisson sauce tomate* purée de patate douce* yaourt nature, au miel ou au sucre	crudités de saison lasagnes aux lentilles vertes* et légumes de saison* fromage fruit de saison	pizza* sauté de veau au thym* sauté de légumes de saison* smoothie
gressins et fruit de saison	pain et chocolat noir	pain et fromage	yaourt nature et flocons d'avoine	pain et fruit de saison
Du 8 au 12				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de riz complet* poisson sauce au citron* poêlée de légumes de saison yaourt nature, aux 2 confitures	crudités de saison bœuf bourguignon* pommes de terre* fromage fruit de saison	salade de sarrasin* rôti de dinde* Aux petits légumes de saison* fromage fruit de saison	crudités de saison couscous végétarien* pois chiches et légumes de saison* fromage gâteau au citron	crudités de saison omelette au fromage* pâtes semi-complètes sauce tomate* yaourt nature, aux deux confitures
pain et fruit de saison	biscotte et confiture	pain et chocolat au lait	fruit de saison et gressins	pain et fromage
Du 15 au 19				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison sauté d'agneau* gratin dauphinois* yaourt nature, au miel ou au sucre	velouté de lentilles corail* poisson sauce tomate* sauté de légumes de saison* fromage fruit de saison	crudités de saison chakchouka aux œufs* et riz semi-complet* yaourt nature, au miel ou au sucre	soupe de saison* raviolis au tofu sauce aux légumes* fromage bugnes*	crudités de saison sauté de poulet* purée de pois cassés* fromage fruit de saison
gressins et fruit de saison	gâteau	pain et fromage	pain et fruit de saison	pain et chocolat noir
Du 22 au 26				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de boulgour* omelette nature* Accompagné de légumes de saison* fromage fruit de saison	crudités de saison rôti de bœuf* purée de pommes de terre* fromage blanc, aux deux confitures	crudités de saison jambon gratin de pâtes complètes* fromage fruit de saison	crudités de saison chili sin carne* aux légumes de saison* yaourt nature, aux deux confitures	crudités de saison émietté de poisson* boulgour sauce pain d'épices* fromage fruit de saison
pain et fruit de saison	pain et fromage	purée de fruits et fruits secs	pain d'épices et fruit de saison	pain et chocolat au lait



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.