

AU MENU DES CANTINES – MOIS DE AVRIL 2021



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.



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.

Viande, poisson, œuf

Céréales et féculents

Fruits et légumes

Produits laitiers

Du 1 au 2				
jeudi	vendredi			
🌱 cuidités de saison * pâtes semi-complètes aux petits pois* 🌱 et aux légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	🍕 pizza* 🍖 rosbeef* 🌱 sauté de légumes de saison* smoothie aux fruits			
goûter : pain et fruit de saison		goûter : pain d'épices et fruit de saison		
Du 5 au 9				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
FÉRIÉ	🌱 cruautés de saison lasagnes de bœuf* fromage fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait	🌱 salade de bœuf * pain de poisson * 🌱 et sauté de légumes de saison * yaourt nature, aux deux confitures goûter : pain et fromage	🌱 cruautés de saison* Lentilles corail et riz semi-complet sauce curry* 🌱 et légumes de saison* fromage gâteau marbré goûter : gressins et fruit de saison	🌱 cruautés de saison chakchouka d'œufs* semoule semi-complète* fromage fruit de saison goûter : biscottes et confiture
Du 12 au 16				
lundi	mardi	mercredi*	jeudi	vendredi
🌱 cruautés de saison escalopes de dinde* boulghour semi-complet sauce tomate* smoothie aux fruits goûter : gressins et fruit de saison	🌱 salade de haricots coco* omelette nature * 🌱 gratin de légumes de saison * fromage fruit de saison goûter : yaourt nature et fruits secs	🌱 cruautés de saison * rôti de veau * purée de pommes de terre * fromage fruit de saison goûter : pain et confiture	🌱 cruautés de saison couscous végétarien * 🌱 pois chiches et petits légumes * yaourt nature, aux deux confitures goûter : pain et fruit de saison	🌱 cruautés de saison poisson sauce citronnée* pâtes semi-complètes* fromage fruit de saison goûter : biscotte et chocolat noir
Du 19 au 23				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
🌱 salade de pommes de terre * sauté d'agneau * 🌱 légumes de saison rôtis * fromage fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	🌱 cruautés de saison poisson sauce aux poireaux * riz semi-complet * yaourt nature, sucre ou miel goûter : pain et fromage	🌱 salade de pois chiches au cumin * œufs gratinés * 🌱 poêlée de légumes de saison * fromage fruit de saison goûter : biscotte et chocolat au lait	🌱 cruautés de saison * lasagnes végétariennes * 🌱 aux lentilles corail et légumes de saison * fromage fruit de saison goûter : gâteau	🌱 cruautés de saison aiguillettes de poulet* polenta sauce tomate* yaourt nature, aux deux confitures panaché de goûter
Du 26 au 30				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
🌱 cruautés de saison poisson sauce vierge * pâtes semi-complètes * yaourt nature, aux deux confitures goûter : gressins et fruit de saison	🌱 duo de lentilles * omelette aux champignons * 🌱 sauté de légumes de saison * fromage fruit de saison goûter : pain et confiture	🌱 cruautés de saison rôti de porc sauce tomate * semoule complète au beurre * fromage fruit de saison goûter : purée de fruits et crackers	🌱 cruautés de saison * riz cantonnais au tofu fumé * 🌱 et légumes de saison * fromage blanc, au sucre ou au miel goûter : gressins et fruit de saison	🌱 cruautés de saison bœuf bourguignon* 🌱 pommes de terre et petits légumes* fromage fruit de saison goûter : pain et chocolat noir



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.