

# AU MENU DES CANTINES - MOIS DE SEPTEMBRE 2018



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 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 3 au 7				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* poisson sauce basilic* riz semi-complet* cantal ou emmental fruit de saison goûter : biscottes et confiture	salade de lentilles* aiguillette de dinde sauce tomate* légumes de saison vapeur* brie fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait	crudités de saison* gigot d'agneau* pâtes semi-complètes sauce tomate et basilic* yaourt au miel ou sucre goûter : pain et fruit de saison	salade de pommes de terre persillées* lasagnes végétariennes aux légumes de saison et lentilles corail cantal ou emmental fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	crudités de saison* omelette au fromage* méli mélo de céréales/petits légumes* yaourt aux deux confitures goûter : pain et fromage
Du 10 au 14				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de pâtes* rosbeef* sauté de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : pain et confiture	crudités de saison* jambon* frites* yaourt aux deux confitures goûter : gressins et fruit de saison	toasts de sardinade* rôti de dinde* poêlée de légumes de saison* tomme ou gouda fruit de saison goûter : pain d'épices et fruit de saison	pizza de légumes aux 3 huiles* raviolis au tofu* sauce aux légumes de saison smoothie aux fruits goûter : pain et fromage	crudités de saison* couscous de poisson* semoule semi-complète/petits légumes* tomme ou gouda fruit de saison goûter : pain et fruit de saison
Du 17 au 21				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* poulet basquaise* riz semi-complet* gouda ou emmental fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	salade de pois chiches au cumin* omelette aux aromates* sauté de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : crackers et confiture	crudités de saison* aïoli de poisson* pommes de terre et petits légumes* yaourt au miel ou sucre goûter : pain et fromage	crudités de saison* pain céréalien* aux légumes de saison* gouda ou emmental fruit de saison goûter : pain et chocolat noir	macédoine de légumes de saison* rôti de veau* sauté de légumes de saison* brie gâteau au chocolat/pois chiches goûter : gressins et fruit de saison
Du 24 au 28				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
taboulé* blanquette de veau* légumes de saison vapeur* brie fruit de saison goûter : gressins et fruit de saison	crudités de saison* poisson à l'huile d'olive de haute combe* frites* yaourt aux deux confitures goûter : pain et fromage	salade de boulgour poulet rôti* sauté de légumes de saison* brie fruit de saison goûter : céréales et compote	gaspacho* lentilles corail/riz semi-complet scc curry* légumes de saison* cantal ou tomme fruit de saison goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison* égrainé de boeuf* pâtes semi-complètes scc tomate/basilic* cantal ou tomme fruit de saison goûter : pain et chocolat au lait