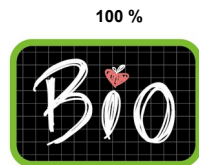




AU MENU DES CANTINES – MOIS DE SEPTEMBRE 2020



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

Du 1er au 4			
mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison poisson sauce tomate et basilic riz semi-complet yaourt nature, aux deux confitures	taboulé gigot d'agneau sauté de légumes de saison fromage fruit de saison	gaspacho lasagnes végétariennes aux lentilles corail et légumes de saison fromage fruit de saison	salade de haricots coco omelette nature légumes de saison rôtis smoothie aux fruits
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : biscottes et confiture	Goûter : pain et chocolat noir	Goûter : pain et fruit de saison

Du 7 au 11				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de pâtes pain de poisson sauté de légumes de saison fromage fruit de saison	crudités de saison rôti de dinde frites yaourt nature, au miel ou au sucre	salade de lentilles à la menthe œufs gratinés poêlée de légumes de saison fromage fruit de saison	crudités de saison raviolis au tofu sauce à la crème fromage fruit de saison	pizza escalope de veau tian de légumes au thym yaourt nature, aux 2 confitures
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et fromage	Goûter : pain et chocolat au lait	Goûter : pain et confiture	Goûter : pain et fruit de saison

Du 14 au 18				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison rosbeef ratatouille fromage fruit de saison	salade de pois chiches au cumin tajine tunisien d'œufs et légumes de saison fromage marbré au chocolat	crudités de saison rôti de porc purée de pommes de terre yaourt nature, au miel ou au sucre	crudités de saison couscous végétarien de semoule, pois chiches et légumes de saison fromage fruit de saison	crudités de saison émietté de poisson pâtes semi-complètes sauce tomate fromage fruit de saison
Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et fromage	Goûter : pain d'épices et fruit de saison	Goûter : biscotte et confiture

Du 21 au 25				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison omelette aux herbes boulgour aux champignons yaourt nature, aux deux confitures	crudités de saison poisson sauce tomate frites fromage fruit de saison	salade de pâtes complètes rôti de veau sauté de légumes de saison yaourt nature, au miel ou au sucre	crudités de saison haricots rouges et riz semi-complet accompagnés de légumes de saison fromage fruit de saison	soupe de saison sauté de poulet façon basquaise polenta fromage fruit de saison
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et chocolat noir	Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : yaourt et fruits secs	Goûter : gâteau

Du 28 au 30		
lundi	mardi	mercredi
salade de lentilles vertes aiguillettes de poulet sauce moutarde gratin de légumes de saison fromage glace	crudités de saison omelette provençale au four pommes de terre sautées yaourt nature, aux deux confitures	soupe de courgettes et menthe couscous de poisson semoule et petits légumes de saison fromage fruit de saison
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : pain et chocolat au lait

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.



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