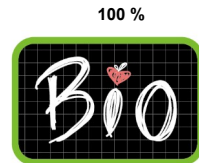




AU MENU DES CANTINES – MOIS DE SEPTEMBRE 2021



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.

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. Les viandes de bœuf et d'agneau proviennent de la région PACA. Le miel vient des Alpes Maritimes. Le chocolat, les bananes et le sucre sont labellisés commerce équitable. Le service se réserve le droit de modifier les menus en fonction de la production.

Du 2 au 3	
jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison raviolis au tofu* sauce aux légumes de saison* yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> salade de riz complet* omelette nature* légumes de saison rôtis* fromage fruit de saison
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et chocolat noir

Du 6 au 10				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> salade de pois chiches au cumin* rôti de bœuf* poêlée de légumes de saison* yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison rôti de dinde à la basquaise* pommes de terre vapeur fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> taboulé* œufs gratinés* poêlée de légumes de saison* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison lasagnes de lentilles vertes* et légumes de saison* smoothie nature 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison couscous de poisson* semoule et petits légumes de saison* fromage fruit de saison
Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : biscotte et confiture	Goûter : gâteau	Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et fruit de saison

Du 13 au 17				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> salade de pommes de terre* pilons rôtis de poulet* ratatouille* yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison omelette nature* pâtes semi-complètes sauce tomate poivron* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison poisson sauce tomate* purée de pommes de terre* yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison curry de lentilles corail et riz semi-complet* accompagnés de légumes de saison* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> salade de haricots coco* sauté de veau* et légumes de saison au four* fromage marbré au chocolat
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et chocolat au lait	Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : purée de fruits et fruits secs	Goûter : gressins et fruit de saison

Du 20 au 24				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<ul style="list-style-type: none"> salade de pâtes complètes* tajine tunisien aux œufs* semoule et légumes de saison* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison poisson à l'huile d'olive de Haute Combe* boullgour et petits légumes de saison* yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison sauté d'agneau* polenta* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> pizza* couscous végétarien* pois chiches et légumes de saison* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison saucisses de volaille* lentilles vertes* fromage fruit de saison
Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : pain et fromage	Goûter : biscotte et confiture	Goûter : pain et chocolat noir	Goûter : gressins et fruit de saison

Du 27 au 30			
lundi	mardi	mercredi	jeudi
<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison pain de poisson* pâtes semi-complètes sauce tomate* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison bœuf bourguignon* pommes de terre et légumes de saison* yaourt nature 	<ul style="list-style-type: none"> salade de lentilles vertes* omelette aux herbes légumes de saison* fromage fruit de saison 	<ul style="list-style-type: none"> crudités de saison haricots rouges et riz semi-complet* accompagnés de légumes de saison* yaourt nature
Goûter : gressins et fruit de saison	Goûter : pain et fruit de saison	Goûter : pain d'épices et yaourt	Goûter : pain et fromage



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.