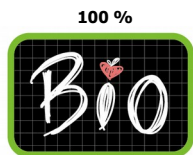


AU MENU DES CANTINES - MOIS DE DÉCEMBRE 2015



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

Du 1 ^{er} au 4					
	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	
	pizza* sauté de veau* jardinière de légumes de saison* smoothie*	potage de légumes de saison* sauté de porc* pâtes au beurre* fromage fruit de saison	crudités de saison* rôti de dinde* frites* laitage	salade de lentilles* poisson* purée de légumes de saison* fromage fruit de saison	
	goûter : pain d'épices et fruit de saison	goûter : crackers et confiture	goûter : pain et fruit de saison	goûter : pain et chocolat au lait	
Du 7 au 11					
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	crudités de saison* poulet à la mexicaine* boulgour aux petits légumes* fromage fruit de saison	crudités de saison* couscous de poisson* fromage fruits au sirop	salade de riz* sauté d'agneau* gratin de légumes de saison* fruit de saison	salade de pois chiches* omelette* méli-mélo de légumes de saison* laitage	crudités de saison* pain de viande* sauté de légumes de saison* fromage gâteau*
	goûter : crackers et miel	goûter : pain et fruit de saison	goûter : pain et fromage	goûter : céréales et fruits de saison	goûter : pain et chocolat noir
Du 14 au 18					
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	salade de coquillettes* sauté d'agneau* purée de légumes de saison* fromage fruit de saison	<i>Menu de Noël</i>		salade de lentilles* sauté de dinde* jardinière de légumes de saison* fromage fruit de saison	salade de boulgour* daube à la provençale* pommes de terre et carottes* smoothie*
	goûter : pain et confiture	goûter : gressins et fruit de saison	goûter : pain et compote	goûter : pain d'épices et fruits de saison	goûter : pain et chocolat au lait
Du 21 au 25					
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	potage de légumes de saison* omelette* quinoa aux petits légumes* fromage fruit de saison	crudités de saison* émincé de dinde* pommes de terre/légumes de saison* fromage fruits au sirop	crudités de saison* spaghettis bolognaise* laitage	salade de riz* poisson* sauté de légumes de saison* fromage fruit de saison	
	goûter : crackers et miel	goûter : pain et fruit de saison	goûter : gressins et fruits de saison	goûter : gâteau* et fruit de saison	
Du 28 au 31					
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	
	crudités de saison* égrainé de boeuf* riz aux petits légumes* fromage fruit de saison	pizza* sauté de veau* méli-mélo de légumes de saison* smoothie*	macédoine de légumes de saison* sauté de porc* lentilles et petits légumes* fromage fruit de saison	crudités de saison* émincé de poulet* purée de pommes de terre* laitage	
	goûter : pain et chocolat noir	goûter : pain d'épices et fruit de saison	goûter : crackers et confiture	goûter : gâteau* et fruit de saison	

Tous les produits 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. Les quelques produits surgelés concernent le poisson et certains légumes, en période hivernale, quand la production de Haute-Combe est faible. Les rares conserves concernent : le maïs, les cœurs de palmier, le thon, les fruits au sirop et la compote. Tout le reste est frais.
Le service se réserve le droit de modifier les menus en fonction de la production.