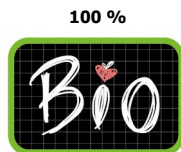


AU MENU DES CANTINES - MOIS DE NOVEMBRE 2015



Les plats confectionnés « maison » sont signalés par un astérisque*



Du 2 au 6				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* lasagnes* fruit de saison goûter : crackers et confiture	pizza* sauté de veau* jardinière de légumes de saison* smoothie*	macédoine de légumes de saison* daube à la provençale* lentilles et petits légumes* fromage fruit de saison goûter : crackers et miel	crudités de saison* poulet rôti* frites* laitage	salade de riz* poisson* purée de légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : pain et chocolat
Du 9 au 13				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
salade de lentilles* émincé de dinde* gratin de légumes de saison* fruit de saison goûter : pain et fromage	crudités de saison* poisson* pâtes au beurre* fromage fruit de saison goûter : pain et fruit de saison		salade de pois chiches* omelette* méli-mélo de légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : crackers et confiture	crudités de saison* sauté de porc* sauté de légumes de saison* fromage gâteau aux fruits de saison* goûter : pain et chocolat au lait
Du 16 au 20				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
crudités de saison* poisson* riz sauce blanche* fromage fruit de saison goûter : crackers et miel	pizza* pain de viande* haricots verts* smoothie*	salade de quinoa* sauté de dinde* jardinière de légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : pain et confiture	crudités de saison* rôti de veau* frites* laitage	crudités de saison* hachis parmentier* fromage fruit de saison goûter : pain et chocolat noir
Du 23 au 27				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
macédoine de légumes de saison* omelette* riz et petits légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : crackers et miel	crudités de saison* émincé de poulet* gratin de légumes de saison* gâteau au chocolat* goûter : pain et fruit de saison	crudités de saison* couscous d'agneau* et ses légumes de saison* fromage compote goûter : gâteau*	salade de riz* poisson* sauté de légumes de saison* laitage goûter : céréales et fruit de saison	salade de coquillettes* égrainé de boeuf* purée de légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : pain - beurre - chocolat en poudre
Le 30				
lundi crudités de saison* spaghettis bolognaise* fromage fruit de saison goûter : crackers et confiture	<p>Viande, poisson, œuf</p> <p>Céréales et féculents</p> <p>Fruits et légumes</p> <p>Produits laitiers</p>			

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.