




# AU MENU DES CANTINES - MOIS DE MAI 2016



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



Du 2 au 6				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
🌱 crudités de saison* poisson* 🌱 céréales et petits légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : pain et chocolat	🌱 quiche aux poireaux* 🌱 raviolis de légumes* et sa sauce bolognaise* smoothie* goûter : gressins et fruit de saison	salade de coquillettes* poulet rôti aux olives* 🌱 méli-mélo de légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : crackers et confiture		
Du 9 au 13				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
🌱 macédoine de légumes de saison* omelette* 🌱 riz et petits légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : crackers et confiture	🌱 salade verte* pain de viande* pâtes au beurre* flan au chocolat* goûter : pain et fruit de saison	salade de quinoa* sauté de dinde* 🌱 jardinière de légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : gressins et fruits au sirop	salade de lentilles* poisson* 🌱 gratin de légumes de saison* fruit de saison goûter : pain et fromage	🌱 crudités de saison* couscous d'agneau* 🌱 et ses légumes de saison* fromage compote goûter : pain et chocolat noir
Du 16 au 20				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	pizza* sauté de veau* 🌱 méli-mélo de légumes de saison* smoothie* goûter : pain d'épices et fruit de saison	🌱 crudités de saison* rôti de porc* panisses* fromage fruits au sirop goûter : pain et confiture	🌱 crudités de saison* rosbeef* frites* laitage goûter : pain et fruit de saison	salade de riz* poisson* 🌱 purée de légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : gâteau*
Du 23 au 27				
lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
🌱 crudités de saison* pain de viande* riz et lentilles* fromage fruit de saison goûter : crackers et confiture	🌱 haricots verts en vinaigrette* terrine de poisson* poêlée céréalière et son coulis de tomates* laitage goûter : pain et fruit de saison	salade de pois chiches* sauté d'agneau* 🌱 gratin de légumes de saison* fruit de saison goûter : pain et fromage	salade de coquillettes* omelette au fromage* 🌱 sauté de légumes de saison* fruit de saison goûter : gressins et compote	🌱 crudités de saison* escalope de dinde* 🌱 flan de légumes de saison* fromage gâteau marbré* goûter : pain et chocolat au lait
Du 30 au 31				
lundi	mardi	<b>Viande, poisson, œuf</b> <b>Céréales et féculents</b> <b>Fruits et légumes</b> <b>Produits laitiers</b>	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.	
🌱 crudités de saison* poisson* 🌱 riz et petits légumes de saison* fromage fruit de saison goûter : pain-beurre-chocolat en poudre	pizza* daube à la provençale* 🌱 méli-mélo de légumes de saison* smoothie* goûter : gressins et fruit de saison			