

# CCAS DE CAGNES SUR MER SANS SEL SANS SUCRE

## Déjeuner

	lun. 01/12	mar. 02/12	mer. 03/12	jeu. 04/12	ven. 05/12	sam. 06/12	dim. 07/12
<b>Entrée</b>	Salade de mâche  	Carottes râpées  	Taboulé	Macédoine de légumes  	Salade de lentilles	Salade de pois chiches	Céleri vinaigrette
<b>Plat</b>	Penne  Sauce bolognaise 	Steak haché de boeuf  Sauce au poivre  Haricots verts 	Cuisse de poulet rôtié  Petits pois à la française  	Steak haché de veau  Courgettes sautées	Parmentier de poisson	Rôti de porc  Flageolets 	Cassolette de foies de volaille  Sauce forestière  Pommes vapeur 
<b>Accompagnement 2</b>	Epinards branches à la crème 	Purée de pommes de terre	Carottes jeunes	Semoule	Poêlée de légumes	Endives braisées	Céleri garniture
<b>Fromage</b>	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Camembert bio  	Gouda sans sel  	Saint Paulin sans sel  	Edam sans sel	Fromage blanc nature  
<b>Dessert</b>	Biscuit sans sucre	Compote de pomme  	Fruit de saison bio 	Yaourt nature 	Fruit sans sucre	Compote pomme abricot bio  	Pâtisserie sans sucre

## Dîner

	lun. 01/12	mar. 02/12	mer. 03/12	jeu. 04/12	ven. 05/12	sam. 06/12	dim. 07/12
<b>Potage</b>	Crème de courgettes et basilic	Velouté clamart 	Velouté de tomates	Soupe à l'oignon	Potage brunoise de légumes	Potage cultivateur	Velouté de légumes
<b>Fromage</b>	Saint Paulin sans sel  	Edam sans sel	Gouda sans sel  	Saint Paulin sans sel  	Edam sans sel	Gouda sans sel  	Saint Paulin sans sel  
<b>Dessert</b>	Fruit sans sucre	Petit suisse  	Compote pomme fraise	Fruit sans sucre	Fromage blanc nature  	Faisselle  	Fruit sans sucre

Produit local issu des départements : 04, 05, 06, 13, 83, 84, 73, 07, 26, 30, 38, 2A, 2B. Italie (Piemont, Ligurie), selon la définition du référentiel Ecocert "En Cuisine"

Toutes nos préparations contiennent sous forme d'ingrédients ou de traces les allergènes suivants :  
céréales à base de gluten, crustacés, œufs, poissons, arachide, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites, mollusques, lupin.

Les viandes proviennent de bêtes, nées, élevées, abattues et découpées en France ou UE.

Ces menus sont susceptibles de modification du à l'approvisionnement.





## Déjeuner

	lun. 08/12	mar. 09/12	mer. 10/12	jeu. 11/12	ven. 12/12	sam. 13/12	dim. 14/12
<b>Entrée</b>	Salade verte mélangée 	Chou rouge vinaigrette	Salade coleslaw	Salade de coeurs de palmiers	Céleri vinaigrette	Carottes rapées	Terrine de poisson
<b>Plat</b>	Escalope de volaille Coquillettes	Steak haché de veau Semoule aux pois chiches bio 	Rôti de porc  Lentilles cuisinées 	Steak haché de veau Pommes vapeur 	Filet de lieu  Sauce crème Riz pilaf bio 	Paupiette de poisson Chou de Bruxelles 	Steak haché de veau Gnocchi de pommes de terre 
<b>Accompagnement 2</b>	Chou fleur 	Légumes couscous	Brunoise de légumes	Blettes à la tomate	Epinards branches à la crème 	Purée de pommes de terre aux deux moutardes	Haricots plats 
<b>Fromage</b>	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Yaourt nature 
<b>Dessert</b>	Fruit sans sucre	Faisselle 	Yaourt nature 	Compote HVE	Fruit sans sucre	Fruit sans sucre	Pâtisserie sans sucre

## Dîner

	lun. 08/12	mar. 09/12	mer. 10/12	jeu. 11/12	ven. 12/12	sam. 13/12	dim. 14/12
<b>Potage</b>	Potage de haricots verts	Crème de volaille	Crème de céleri	Potage de légumes	Crème de potiron	Crème d'asperge	Minestrone
<b>Fromage</b>	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel
<b>Dessert</b>	Compote	Fruit sans sucre	Petit suisse 	Faisselle	Fromage blanc nature 	Compote pomme cassis	Fruit sans sucre

Produit local issu des départements : 04, 05, 06, 13, 83, 84, 73, 07, 26, 30, 38, 2A, 2B. Italie (Piemont, Ligurie), selon la définition du référentiel Ecocert "En Cuisine"

Toutes nos préparations contiennent sous forme d'ingrédients ou de traces les allergènes suivants :  
céréales à base de gluten, crustacés, œufs, poissons, arachide, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites, mollusques, lupin.

Les viandes proviennent de bêtes, nées, élevées, abattues et découpées en France ou UE.

Ces menus sont susceptibles de modification du à l'approvisionnement.



# CCAS DE CAGNES SUR MER SANS SEL SANS SUCRE

## Déjeuner

lun. 15/12

mar. 16/12

mer. 17/12

jeu. 18/12

ven. 19/12

sam. 20/12

dim. 21/12

<b>Entrée</b>	Carottes râpées 	Salade de coeurs de palmiers	Salade verte mélangée 	Betteraves	Oeuf dur 	Céleri à la hongroise 	Salade d'artichauts
<b>Plat</b>	Omelette aux fines herbes 	Rôti de porc LR 	Hachis parmentier 	Rôti de dinde 	Filet de colin 	Escalope de porc Chou vert	Filet de colin à l'aneth Riz basmati
	Pommes de terre persillées 	Sauce curry 	Carottes sautées 	Haricots beurre 	Sauce ciboulette Purée de légumes 		
<b>Accompagnement 2</b>	Brocolis	Boulgour et pois chiches	Fenouil	Pommes noisettes	Petits pois 	Pommes vapeur 	Julienne de légumes 
<b>Fromage</b>	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Fromage blanc nature 
<b>Dessert</b>	Fruit sans sucre	Purée pomme banane bio 	Petit suisse 	Fruit sans sucre	Fromage blanc nature 	Fruit sans sucre	Pâtisserie sans sucre

## Dîner

lun. 15/12

mar. 16/12

mer. 17/12

jeu. 18/12

ven. 19/12

sam. 20/12

dim. 21/12

<b>Potage</b>	Potage crécy	Velouté de légumes	Crème de courgettes et basilic	Potage julienne de légumes 	Potage poireaux pommes de terre	Potage de légumes	Potage paysan
<b>Fromage</b>	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 
<b>Dessert</b>	Yaourt nature 	Fruit sans sucre	Compote pomme fraise	Faisselle 	Compote pomme abricot 	Petit suisse 	Fruit sans sucre

Produit local issu des départements : 04, 05, 06, 13, 83, 84, 73, 07, 26, 30, 38, 2A, 2B. Italie (Piemont, Ligurie), selon la définition du référentiel Ecocert "En Cuisine"

Toutes nos préparations contiennent sous forme d'ingrédients ou de traces les allergènes suivants : céréales à base de gluten, crustacés, œufs, poissons, arachide, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites, mollusques, lupin.

Les viandes proviennent de bêtes, nées, élevées, abattues et découpées en France ou UE.

Ces menus sont susceptibles de modification dû à l'approvisionnement.



## Déjeuner

lun. 22/12 mar. 23/12 mer. 24/12 jeu. 25/12 REPAS DE NOEL ven. 26/12 sam. 27/12 dim. 28/12

<b>Entrée</b>	Salade coleslaw	Salade mexicaine	Betteraves bio 	Quiche au saumon	Oeuf dur 	Poivrons à l'huile	Salade de coeurs de palmiers
<b>Plat</b>	Escalope de volaille Epinards branches à la crème 	Blanquette de dinde  Riz pilaf	Steak haché de veau Sauce tomate Polenta bio 	Volaille farcie Sauce aux marrons Gratin dauphinois à l'huile de truffe	Filet de colin 	Steak haché de veau Purée de légumes 	Rôti de porc  Purée de pommes de terre
<b>Accompagnement 2</b>	Purée de pommes de terre	Brunoise de légumes	Poêlée romanesco	Fagot aux 3 légumes	Pommes vapeur 	Brocolis sautés	Poêlée de légumes
<b>Fromage</b>	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 
<b>Dessert</b>	Compote HVE	Fruit sans sucre	Yaourt nature 	Pâtisserie sans sucre	Fruit sans sucre	Fruit sans sucre	Fromage blanc nature 

## Dîner

lun. 22/12 mar. 23/12 mer. 24/12 REVEILLON DE NOEL jeu. 25/12 ven. 26/12 sam. 27/12 dim. 28/12

<b>Potage</b>	Potage Saint Germain	Crème florentine	Velouté potiron châtaigne	Potage Dubarry	Potage de légumes	Crème d'asperge	Soupe au pistou
<b>Fromage</b>	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 
<b>Dessert</b>	Fruit sans sucre	Compote de pomme 	Fromage blanc nature 	Faisselle 	Petit suisse 	Compote pomme poire 	Fruit sans sucre

Produit local issu des départements : 04, 05, 06, 13, 83, 84, 73, 07, 26, 30, 38, 2A, 2B. Italie (Piemont, Ligurie), selon la définition du référentiel Ecocert "En Cuisine"

Toutes nos préparations contiennent sous forme d'ingrédients ou de traces les allergènes suivants :  
céréales à base de gluten, crustacés, œufs, poissons, arachide, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites, mollusques, lupin.

Les viandes proviennent de bêtes, nées, élevées, abattues et découpées en France ou UE.

Ces menus sont susceptibles de modification du à l'approvisionnement.



: Certification environnementale niveau 2



: Origine France



: Produit issu de l'agriculture biologique



: Pêche Durable



: Viandes de France



: Haute Valeur Environnementale



## Déjeuner

	lun. 29/12	mar. 30/12	mer. 31/12	jeu. 01/01 JOUR DE L'AN	ven. 02/01	sam. 03/01	dim. 04/01 EPIPHANIE
<b>Entrée</b>	Carottes râpées 	Betteraves 	Macédoine de légumes 	Asperges sauce mousseline	Oeuf dur 	Céleri rémoulade 	Salade d'artichauts
<b>Plat</b>	Lasagnes de bœuf	Jambon sans sel Lentilles cuisinées 	Cuisse de poulet Brocolis sautés 	Sauté de cerf Sauce aux aigrelles Pommes vapeur 	Medaillon de merlu Sauce dieppoise Riz pilaf 	Escalope de volaille Carottes sautées 	Pot au feu Légumes pot au feu 
<b>Accompagnement 2</b>	Poireaux à la crème	Carottes jeunes 	Pommes vapeur 	Poêlée gourmande	Brunoise de légumes	Flageolets 	Pommes vapeur 
<b>Fromage</b>	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Edam sans sel	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 
<b>Dessert</b>	Yaourt nature 	Fruit sans sucre	Faisselle 	Pâtisserie sans sucre	Petit suisse 	Compote de pomme 	Fromage blanc nature 

## Dîner

	lun. 29/12	mar. 30/12	mer. 31/12 REVEILLON DU JOUR DE L'AN	jeu. 01/01	ven. 02/01	sam. 03/01	dim. 04/01
<b>Potage</b>	Crème de brocolis	Velouté de tomates	Potage d'autrefois	Soupe à l'oignon	Crème de courgettes et basilic	Potage cultivateur	Bouillon de bœuf vermicelles
<b>Fromage</b>	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel	Gouda sans sel 	Saint Paulin sans sel 	Edam sans sel
<b>Dessert</b>	Compote de pêche 	Petit suisse 	Compote de pomme 	Compote de pomme 	Fruit sans sucre	Faisselle 	Fruit sans sucre

Produit local issu des départements : 04, 05, 06, 13, 83, 84, 73, 07, 26, 30, 38, 2A, 2B. Italie (Piemont, Ligurie), selon la définition du référentiel Ecocert "En Cuisine"

Toutes nos préparations contiennent sous forme d'ingrédients ou de traces les allergènes suivants :  
céréales à base de gluten, crustacés, œufs, poissons, arachide, soja, lait, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, anhydride sulfureux et sulfites, mollusques, lupin.  
Les viandes proviennent de bêtes, nées, élevées, abattues et découpées en France ou UE.

Ces menus sont susceptibles de modification du à l'approvisionnement.



: Certification environnementale niveau 2



: Origine France



: Viandes de France



: Pêche Durable



: Haute Valeur Environnementale