



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 1er Novembre	Mardi 2 Novembre	Mercredi 3 Novembre	Jeudi 4 Novembre	Vendredi 5 Novembre
Férié TOUSSAINT	Salade de pommes de terre aux légumes Emincé de dinde parisien Poêlée hivernale Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	Coleslaw sauce cocktail Macaronis à la bolognaise de bœuf Fromage fouetté Liégeois chocolat	V Salade de maïs Omelette Petits pois Yaourt sucré Fruit de saison	Salade verte Colombo de colin Riz Crème anglaise Gâteau aux amandes Maison
Lundi 8 Novembre	Mardi 9 Novembre	Mercredi 10 Novembre	Jeudi 11 Novembre	Vendredi 12 Novembre
V Œuf dur mayonnaise Duo de penne et pois chiches Potirons à l'huile d'olive Cotentin Fruit de saison	Carottes râpées et dés de brebis Emincé de veau financière Gratin de pommes de terre Yaourt sucré fermier du Buissonet	Pizza Rôti de dinde Brocolis mornay Tomme blanche Fruit de saison	Férié ARMISTICE	Taboulé d'hiver Poisson pané et citron Haricots verts persillés Brie à la coupe Cocktail de fruits au sirop

NOS APPROVISIONNEMENTS

- Nos Viandes sont 100% françaises, et locales** pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).
- Nos charcuteries sont 100% françaises.**
- Nos pâtes : 95% sont produites en France**, les labélisées **Bio** sont produites par des entreprises **régionales** (Vaucluse et Rhône-Alpes).
- 100% de notre Riz** est de Camargue, labélisé IGP.

- Nos filets de poissons sont 100% MSC**, issus de la pêche durable.
- Nos légumes frais sont 100% locaux en pleine saison** ou a minima d'origine France.
- Nous privilégions les fruits et légumes** issus de l'agriculture durable.
- Nos fruits sont 100% d'origine France, et locaux** en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).
- Nos compotes sont 100% locales**, à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux. Elles sont sans sucres ajoutés.

Menu végétarien
Des menus riches en protéines végétales, fibres et minéraux.



Bio : Produit issu de l'agriculture biologique



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge



Menu végétarien

L'ensemble de nos plats sont cuisinés maison (hors produits panés et certaines pâtisseries à base de pâte feuilletée et pâte à chou).

● Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats ● Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.

Lundi 15 Novembre	Mardi 16 Novembre	Mercredi 17 Novembre	Jeudi 18 Novembre	Vendredi 19 Novembre
Carottes râpées Carbonara Spaghettis Camembert à la coupe Flan caramel	V Mais-betteraves Parmentier de lentilles à la purée de potirons Emmental à la coupe Fruit de saison	Haricots verts en salade Emincé de bœuf basquaise Semoule Chanteneige Crème dessert pralinée	Macédoine mayonnaise Poulet rôti Pommes noisette Petit suisse sucré Fruit de saison	Salade verte Bâtonnets de colin panés et citron Choux fleurs en gratin Vache picon Gâteau aux marrons Maison
Lundi 22 Novembre	Mardi 23 Novembre	Mercredi 24 Novembre	Jeudi 25 Novembre	Vendredi 26 Novembre
LA SEMAINE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS : "Tout le monde peut agir !"				
Salade de lentilles aux légumes Sauté de bœuf au romarin Carottes à l'échalote Saint Nectaire à la coupe Fruit de saison	Salade verte Tartiflette Ramequin de fromage blanc et Confiture de fraise (pot)	V Salade de farfalles parisienne Œufs durs Mouliné d'épinards et croûtons Coulommiers à la coupe Compote	V Quiche aux endives Maison Ravioles au tofu sauce tomates Cantal à la coupe Fruit de saison	Coleslaw mayonnaise Filet de merlu sauce normande Purée de panais Saint Marcellin à la coupe Mousse au chocolat
Lundi 29 Novembre	Mardi 30 Novembre	Mercredi 1er Décembre	Jeudi 2 Décembre	Vendredi 3 Décembre
V Carottes râpées Mitonné de haricots blancs Riz Bûche de chèvre à la coupe Compote	Taboulé d'hiver Emincé de bœuf au curry Brocolis à l'huile d'olive Camembert à la coupe Fruit de saison	Salade verte et dés de brebis Galopin de veau Purée de pommes de terre Yaourt aromatisé	Menu Orange Mousse de pois chiches au curcuma sur toast Sauté de porc à l'orange Butternut à la crème Mimolette Pan cake et confiture d'abricots (pot)	Mélange de crudités (salade verte, chou rouge et maïs) Bolognaise de thon Coquillettes Petit suisse sucré Fruit de saison

NOS APPROVISIONNEMENTS

- Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).
- Nos charcuteries sont 100% françaises.
- Nos pâtes : 95% sont produites en France, les labélisées Bio sont produites par des entreprises régionales (Vaucluse et Rhône-Alpes).
- 100% de notre Riz est de Camargue, labélisé IGP.
- Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.
- Nos légumes frais sont 100% locaux en pleine saison ou à minima d'origine France.
- Nous privilégions les fruits et légumes issus de l'agriculture durable.
- Nos fruits sont 100% d'origine France, et locaux en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).
- Nos compotes sont 100% locales, à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux. Elles sont sans sucres ajoutés.

Semaine européenne de la réduction des déchets