



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 1er Novembre	Mardi 2 Novembre	Jeudi 4 Novembre	Vendredi 5 Novembre
TOUSSAINT			
Lundi 8 Novembre	Mardi 9 Novembre	Jeudi 11 Novembre	Vendredi 12 Novembre
<p>V Œuf dur mayonnaise</p> <p>Duo de penne et pois chiches</p> <p>Potirons à l'huile d'olive</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Carottes râpées et dés de brebis</p> <p>Emincé de veau financière</p> <p>Gratin de pommes de terre</p> <p>Fromage blanc nature (seau) et sucre</p>	<p>ARMISTICE</p>	<p>Taboulé d'hiver</p> <p>Dos de colin meunière et citron</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Brie à la coupe</p> <p>Cocktail de fruits au sirop</p>

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**
 **V** 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		Jeudi 18 Novembre		Vendredi 19 Novembre	
Carottes râpées Carbonara Spaghettis Camembert à la coupe Flan caramélisé		Maïs-betteraves Parmentier de lentilles à la purée de potirons Saint Paulin à la coupe Fruit de saison		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		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 Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison		Salade verte Tartiflette Fromage blanc nature (seau) et Confiture de myrtilles (pot)		Quiche aux endives Maison Raviolis 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		Jeudi 2 Décembre		Vendredi 3 Décembre	
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		Mousse de pois chiches au curcuma sur toast Sauté de porc à l'orange Butternut à l'huile d'olive 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



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.