



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

SIGNES

Lundi 02 Novembre	Mardi 03 Novembre	Mercredi 04 Novembre	Jeudi 05 Novembre	Vendredi 06 Novembre
Velouté de Légumes Poulet sauce forestière Haricots verts sautés - Semoule Gouda Fruit de saison	Carottes râpées Daube de bœuf Frites Fromme de Savoie à la coupe Purée de pommes	Taboulé Steak haché Duo de petits pois carottes Petit Livarot à la coupe Fruit de saison	Salade verte Gratin de ravioles aux épinards Bûchette de chèvre à la coupe Pumpkin Pie Maison (Tarte au potiron)	Salade de pois chiches à l'échalote Parmentier de colin à la purée de panais Cantal Fruit de saison
Goûter Marbré Purée de fruits				
Lundi 09 Novembre	Mardi 10 Novembre	Mercredi 11 Novembre	Jeudi 12 Novembre	Vendredi 13 Novembre
Coleslaw Boulettes de bœuf sauce tomate Spaghettis Camembert à la coupe Crème dessert à la vanille	Potage de légumes aux vermicelles Quenelles sauce aux oignons Poêlée de brocolis et champignons Bouलगour Petit suisse nature Fruit de saison	ARMISTICE	Tarte aux poireaux Maison Emincé de bœuf à la parisienne Carottes sautées - Riz Saint Marcellin à la coupe Fruit de saison	Salade verte Marmite du pêcheur Pommes de terre vapeur Pont l'Evêque à la coupe Yaourt aromatisé
Goûter				

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.

L'ACTUALITE DU MOIS

Ingrédients :

- 1 pâte à tarte sablée
- 10 gr de crème fraîche 30% de matière grasse
- 240 ml de lait
- 1 œuf
- 60 gr de sucre
- 500 gr de butternut ou potiron

PUMPKIN PIE (tarte à la citrouille)

Racotte

1. Éplucher le potiron et le découper en cube.
2. Le cuire à la vapeur pendant 20 minutes.
3. Fouetter l'œuf et le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
4. Ajouter le lait, la crème et la purée de potiron tempérée. Mélanger.
5. Étaler la pâte dans un plat à tarte puis rajouter la préparation.
6. Cuire à 170°C pendant 40 minutes.



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 16 Novembre	Mardi 17 Novembre	Mercredi 18 Novembre	Jeudi 19 Novembre	Vendredi 20 Novembre
Macédoine de légumes Sauté de porc à la sauge Potiron sauté - Polenta Edam Fruit de saison	V Salade verte Couscous de pois chiches et ses légumes Chaource à la coupe Flan au caramel	R Salade de coquillettes à la tapenade Escalope de poulet Epinards à la crème - Boulgour Vache qui rit Fruit de saison	Quiche au fromage Maison Rôti de veau à la moutarde Frites Petit suisse nature Fruit de saison	Salade de blé aux crudités Colin à la bordelaise Duo poireaux carottes - Riz Bûche de chèvre à la coupe Purée de pommes bananes
Goûter Fromage Pain				
Lundi 23 Novembre	Mardi 24 Novembre	Mercredi 25 Novembre	Jeudi 26 Novembre	Vendredi 27 Novembre
SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS				
Salade de chou blanc en mayonnaise Bolognaise de lentilles V Pennes Saint nectaire à la coupe Fromage blanc façon stracciatella	Pizza au fromage Maison Emincé de bœuf mexicain Haricots verts - Boulgour Bleu à la coupe Fruit de saison	R Velouté de butternut Jambon blanc Ecrasé de pommes de terre Cantal Fruit de saison	R Salade verte Rôti de porc Choux fleur à la crème - Semoule Camembert à la coupe Gâteau aux haricots blancs et aux pépites de chocolat Maison	Salade de betteraves Blanquette de hoki R Riz pilaf Pont l'Evêque à la coupe Fruit de saison
Goûter Gaufre Purée de fruits				
Lundi 28 Novembre	Mardi 01 Décembre	Mercredi 02 Décembre	Jeudi 03 Décembre	Vendredi 04 Décembre
Potage Saint Germain Filet meunière et citron Brocolis sautés - Blé Tomme de Savoie à la coupe Fruit de saison	R Coleslaw Pilons de poulet Frites Carré frais Crème dessert au chocolat	Salade de boulgour aux crudités Emincé de veau à l'indienne Carottes sautées - Semoule Cabrette Fruit de saison	R Salade verte Tariflette au reblochon Fromage blanc nature Crème de marrons	V Salade de maïs et thon Omelette Epinards à la crème - Boulgour Petit Livarot à la coupe Fruit de saison
Goûter Fromage Pain				

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.

L'ACTUALITE DU MOIS

SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS

Du 21 au 29 Novembre, nous célébrons la 12^{ème} édition de la Semaine Européenne de la Réduction des Déchets (SERD) !

Le saviez-vous ?

Pour un service de 100 enfants sur 1 semaine*, en passant de 8 composants de repas en emballage individuel à un emballage collectif, nous jetons 49 emballages au lieu de 800.

781 emballages en moins à la pouibelle !

*Sur la base de l'action menée pendant la SERD chez Terres de cuisine en 2019.



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 07 Décembre	Mardi 08 Décembre	Mercredi 09 Décembre	Jeudi 10 Décembre	Vendredi 11 Décembre
Carottes râpées Colombo de colin Riz créole Crème dessert à la vanille Madeleine	Bouillon de légumes aux vermicelles Pot au feu et ses légumes Munster à la coupe Fruit de saison	Salade de chou Spaghettis à la bolognaise Edam Crème dessert au chocolat	Quiche aux endives Maison Beignets de calamar et citron Haricots verts à l'huile d'olive - Semoule Vache qui rit Fruit de saison	Salade verte Parmentier de lentilles Tomme de Savoie à la coupe Yaourt sucré
Goûter				
		Gaufre Fruit de saison		
Lundi 14 Décembre	Mardi 15 Décembre	Mercredi 16 Décembre	Jeudi 17 Décembre	Vendredi 18 Décembre
Crêpe au fromage Emincé de bœuf à la parisienne Carottes sautées - Boulgour Petit suisse nature Fruit de saison	Salade d'endives Chili végétarien Riz de Camargue Camembert à la coupe Purée de pommes	Taboulé Rôti de porc aux herbes de Provence Flan de potiron - Pennes Pont l'Evêque à la coupe Fruit de saison	Salade verte et gougères au comté Sauté de dinde sauce forestière Pommes pin Bûche de Noël Maison Père Noël en chocolat et Clémentine	Salade de coquillettes aux crudités Filet de colin meunière et citron Brocolis à la crème - Semoule Saint nectaire à la coupe Flan au caramel
Goûter				
		Chocolat Pain		

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.

L'ACTUALITE DU MOIS

LABEL ROUGE



Le label Rouge est un label national, il garantit un produit de qualité supérieure. À toutes les étapes de sa production et de son élaboration, le produit Label Rouge doit répondre aux exigences définies dans un cahier des charges, validé par l'Institut national de l'origine et de la qualité (INAO), un organisme indépendant.

Dans le cas des volailles : L'alimentation doit être constituée de 100% de végétaux dont minimum de 75% de céréales.

Elles sont élevées en plein air ou en liberté. L'espace est calculé et adapté en fonction des tailles et des espèces.

Pour une chair plus ferme et plus goûteuse, la durée d'élevage est plus longue. La sécurité sanitaire est contrôlée à toutes les étapes de la production.



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.