





LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Ville de Signes

| Lundi 01 Novembre | Mardi 02 Novembre | Mercredi 03 Novembre | Jeudi 04 Novembre | Vendredi 05 Novembre |
|--|--|--|--|--|
| | Salade de maïs et betteraves  Poulet aux olives Petits pois  Petit Livarot à la coupe Fruit de saison | Carottes râpées Macaronis à la bolognaise Carré frais Flan au chocolat | Salade de pommes de terre Maïs olives  Œufs durs Epinards à la crème - Semoule Saint paulin à la coupe Fruit de saison | Salade verte Bâtonnet de colin  Riz Crème anglaise Gâteau aux amandes Maison |
| Goûter | | | | |
| | <i>Pain - Pâte à tartiner</i> <i>Purée de fruits</i> | <i>Quatre Quart</i> <i>Fruit de saison</i> | <i>Palet breton</i> <i>Purée de fruits</i> | <i>Pain - confiture</i> <i>Fruit de saison</i> |
| Lundi 08 Novembre | Mardi 09 Novembre | Mercredi 10 Novembre | Jeudi 11 Novembre | Vendredi 12 Novembre |
| Velouté de légumes Curry de pois chiches au potiron  Pennes Gouda  Fruit de saison | Carottes râpées Emincé de bœuf basquaise Frites  Bleu d'auvergne Fromage blanc aromatisé | Pizza au fromage Maison  Rôti de porc Haricots verts - Riz  Petit suisse Fruit de saison | | Taboulé Filet meunière et citron Brocolis sauce mornay - Blé  Camembert  Fruit de saison |
| Goûter | | | | |
| | | <i>Cookie</i> <i>Purée de fruits</i> | | |

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




Aide UE à destination des écoles

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 |
|--|---|---|--|--|
| Céleris rémoulade Spaghettis sauce carbonara Saint nectaire Crème dessert à la vanille |  Velouté de légumes Parmentier de potiron aux lentilles gratiné Yaourt nature Fruit de saison |  Salade d'endives et maïs Escalope de poulet sauce provençale Pommes de terre Camembert à la coupe Flan au caramel | Macédoine sauce cocktail Emincé de veau financière  Riz Bleu à la coupe Fruit de saison | Salade verte Aiguillettes de colin panés et citron Gratin de chou fleur- Gnocchis  Cantal Gâteau aux marrons Maison |
| Goûter | | | | |
| | | Pain - confiture Fruit de saison | | |
| 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 maïs et thon Emincé de bœuf au curry Carottes à l'échalote -  Riz Petit Livarot à la coupe   Fruit de saison | Salade verte Tartiflette au reblochon  aux pommes de terre Fromage blanc nature (seau) Confiture de framboise (pot) | Carottes râpées Steak haché Pommes noisettes Edam Yaourt à la vanille | Quiche au chèvre Maison Cappelletti ricotta épinards  sauce provençale Emmental   Fruit de saison |  Coleslaw mayonnaise Filet de merlu sauce normande Purée de panais Saint Marcellin à la coupe Purée de fruits |
| Goûter | | | | |
| | | Marbré Purée de fruits | | |
| Lundi 29 Novembre | Mardi 30 Novembre | Mercredi 01 Décembre | Jeudi 02 Décembre | Vendredi 03 Décembre |
|  Salade verte Mitonné de haricots blancs  Riz  Comté Liégeois à la chocolat | Céleri rémoulade Galopin de veau sauce forestière Frites  Vache qui rit  Fruit de saison | Velouté de légumes Pennes à la carbonara Saint nectaire à la coupe Crème dessert caramel | Mousse de pois chiches au curcuma   Sauté de porc à l'orange Purée de butternut - Polenta Mimolette Pan cakes et confiture à l'abricot | Velouté de légumes Gratin de poisson Pommes de terre vapeur Camembert à la coupe  Fruit de saison |
| Goûter | | | | |
| | | Pain - chocolat 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 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.

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

 Aide UE à destination des écoles

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.