




# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 1er Mars	Mardi 2 Mars	Jeudi 4 Mars	Vendredi 5 Mars
<p><b>V</b> Macédoine sauce cocktail</p> <p>Cappelletis</p> <p>Ricotta-épinards sauce tomate</p> <p>Brie à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>Carottes râpées</b></p> <p>Bœuf bourguignon</p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Petit Moulé nature</p> <p>Compote</p>	<p><b>Salade verte</b> et billes de mozzarella</p> <p>Jambon blanc</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Yaourt aromatisé</p>	<p><b>Quiche aux poireaux maison</b></p> <p>Poisson pané et citron</p> <p>Choux fleurs à la crème</p> <p> <b>Saint Marcellin à la coupe</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>
Lundi 8 Mars	Mardi 9 Mars	Jeudi 11 Mars	Vendredi 12 Mars
<p>Jus de Pomme</p> <p>Couscous de boulettes de bœuf et ses légumes</p> <p>Yaourt sucré</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>V</b> Maïs - betteraves</p> <p>Omelette</p> <p><b>Gratin de carottes</b></p> <p>Crème anglaise</p> <p>Navette</p>	<p><b>Coleslaw</b></p> <p>Rôti de veau</p> <p>Beignets de choux fleurs</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Flan caramel</p>	<p>Salade de haricots verts</p> <p>Coquiflette au saumon</p> <p>Tartare</p> <p><b>Fruit de saison</b></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.



## RIZ DE CAMARGUE IGP Indication Géographique Protégée

Aux excellentes conditions naturelles pour la culture du riz vient s'ajouter la volonté de l'homme de préserver la Camargue classée « parc naturel ».



**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 Mars	Mardi 16 Mars	Jeudi 18 Mars	Vendredi 19 Mars
<p>Salade de pommes de terre parisienne</p> <p>Cordon bleu</p> <p>Brocolis mornay</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p>Pâté de campagne</p> <p>Spaghettis à la bolognaise</p> <p>Gouda</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>NOS SUPER HEROS</b></p> <p>Salade de pousses d'épinards et pommes granny <b>V</b></p> <p><b>Parmentier de lentilles corail à la purée de carottes</b></p> <p>Saint Môret</p> <p><b>Gâteau de betteraves - chocolat Maison</b></p>	<p>Radis-Beurre</p> <p>Marmite du pêcheur</p> <p><b>Semoule</b></p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Ananas au sirop</p>
Lundi 22 Mars	Mardi 23 Mars	Jeudi 25 Mars	Vendredi 26 Mars
<p><b>Salade verte</b></p> <p>Potée à la tarbaise (saucisse de Toulouse et haricots blancs à la tomate)</p> <p>Fromage fouetté</p> <p>Liégeois vanille</p>	<p>Salade de penne andalouse</p> <p>Filet de merlu sauce maître d'hôtel</p> <p>Poêlée de légumes (pommes de terre, carottes, navets, poireaux, oignons)</p> <p><b>Pont l'évêque à la coupe</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p>Salade de boulgour</p> <p>Poulet rôti</p> <p><b>Haricots verts persillés</b></p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Compote de pommes du Vigan (poche)</p>	<p><b>V</b> Tapenade sur toast</p> <p>Dhal de lentilles</p> <p><b>Riz</b></p> <p>Emmental à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>
Lundi 29 Mars	Mardi 30 Mars	Jeudi 1er Avril	Vendredi 2 Avril
<p><b>Mélange de crudités et dés de brebis (salade, choux rouges, maïs)</b></p> <p>Emincé de bœuf mexcain</p> <p>Pommes noisettes</p> <p>Fromage blanc nature (seau) et sucre</p>	<p><b>V</b> Salade de farfalles aux légumes</p> <p>Wok de riz et pois chiches aux carottes</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>Salade verte</b></p> <p>Emincé de porc sauce au miel</p> <p><b>Potates douces</b></p> <p>Edam</p> <p>Crème dessert chocolat</p>	<p>Salade de Mais-thon</p> <p>Bâtonnets de colin</p> <p><b>Purée de légumes</b></p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p><b>Gâteau à la noix de coco Maison</b></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 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

LES **super-HEROS** DE NOS ASSIETTES



**Jeudi**  
Au dessert,  
le gâteau de betteraves chocolat fait maison !



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.