

LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 4 Novembre	Mardi 5 Novembre	Jeudi 7 Novembre	Vendredi 8 Novembre
Salade de crudités (salade, chou blanc, radis) Bolognaise de lentilles Tortis Bleu à la coupe Mousse au chocolat	Taboulé Poulet rôti Carottes à l'huile d'olives Chanteneige Fruit de saison	Coleslaw Hot dog (Pain hot dog avec saucisses de strasbourg et ketchup) Frites Yaourt sucré Carot cake maison	Salade de pommes de terre parisienne Poisson pané et citron Chou romanesco mornay Edam Fruit de saison
Lundi 11 Novembre	Mardi 12 Novembre	Jeudi 14 Novembre	Vendredi 15 Novembre
Férié	Salade verte Filet de merlu sauce échalote Pommes noisette Emmental à la coupe Flan au caramel	Carottes râpées Emincé de bœuf basquaise Riz de camargue Bûche de chèvre à la coupe Compote	Duo de choux et dès de brebis Boulettes de soja sauce curry Semoule Yaourt aromatisé

NOS APPROVISIONNEMENTS

Nos Viandes :
 100% de nos viandes en morceaux sont françaises
 • Bœuf
 • Veau
 • Porc
 Occitanie - Rhône-Alpes

Nos féculents :
 - Raviolis BIO du Vauduse
 - 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)

- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
 - Pâtes Torti BIO de Savoie

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble de nos composantes.

Nos poissons issus de la pêche durable :
 - Colin (brochette, cube, cœur, filet)
 - Merlu (cœur, portion) - Cabillaud
 - Hoki (filet) - Limande
 Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.

Les légumes issus de l'agriculture durable : (a minima)
 - Haricots verts - Épinards
 - Haricots beurre - Petits pois

Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés
 Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont : carotte, courgette, potiron, courge, potimarron...

Nos compotes sont fabriquées localement (Vaucluse);
 à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux

L'ACTUALITE DU MOIS

RIZ DE CAMARGUE IGP

L'indication géographique protégée (IGP), est un label européen qui désigne des produits dont le savoir-faire ou la qualité sont liés à l'origine géographique du lieu de production, d'élaboration ou de transformation.

Le riz de Camargue proposé au menu est un riz IGP car la Camargue présente de nombreux avantages pour la culture du riz, qui est une plante aquatique nécessitant une température importante. A ces conditions naturelles vient s'ajouter la volonté de l'Homme de préserver son environnement et ses ressources, la Camargue étant classée « parc naturel ».

C'est là, le meilleur atout du riz de Camargue : son authenticité.

Lundi 18 Novembre

Mardi 19 Novembre

Jeudi 21 Novembre

Vendredi 22 Novembre



SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS



<p>Salade de crudités et dés d'emmental </p> <p>(salade, chou blanc, carottes, céleris)</p> <p>Parmentier à la purée de potiron</p> <p>Fromage blanc nature (en seau)</p>	<p>Betteraves vinaigrette </p> <p>Omelette</p> <p>Epinards normay</p> <p>Verre de lait</p> <p>Gâteau marbré</p>	<p>Salade de maïs aux crudités</p> <p>Jambon blanc</p> <p>Brocolis à la crème</p> <p>Tomme blanche à la coupe </p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Quiche au fromage maison</p> <p>Colin sauce orientale</p> <p>Poêlée de légumes </p> <p>Galettes Saint Michel</p> <p>Compote de pommes du Vigan</p>
<p>Lundi 25 Novembre</p>	<p>Mardi 26 Novembre</p>	<p>Jeudi 28 Novembre</p>	<p>Vendredi 29 Novembre</p>
<p>Scarole</p> <p>Steak haché au jus</p> <p>Haricots verts</p> <p>Camembert à la coupe </p> <p>Beignet au chocolat</p>	<p>Cervelas</p> <p>Emincé de veau sauce financière</p> <p>Pommes vapeurs</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Fruit de saison </p>	<p>Salade de lentilles à l'échalote</p> <p>Raviolis potiron-emmental sauce crème </p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Compote</p>	<p>Carottes râpées </p> <p>Cari de merlu</p> <p>Riz</p> <p>Cotentin</p> <p>Flan vanille</p>

NOS APPROVISIONNEMENTS

- Nos Viandes :**
- 100% de nos viandes en morceaux sont françaises
 - Bœuf
 - Veau
 - Porc
- Occitanie - Rhône-Alpes
- Nos féculents :**
- Raviolis BIO du Vauduse
 - 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
- Pâtes Torti BIO de Savoie
- Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble de nos composants.



Nos poissons issus de la pêche durable :

- Colin (brochette, cube, cœur, filet)
 - Merlu (cœur, portion) - Cabillaud
 - Hoki (filet) - Limande
- Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.



Les légumes issus de l'agriculture durable : (a minima)

- Haricots verts - Épinards
- Haricots beurre - Petits pois



Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés

Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont : carotte, courgette, potiron, courge, potimarron...



Nos compotes sont fabriquées localement (Vaucluse);

à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux

L'ACTUALITE DU MOIS

COMPOTE DU VIGAN



A l'occasion de la semaine européenne de réduction des déchets, à déguster : la compote du Vigan d'Origine Cévennes, reconnue pour sa qualité, sa production locale et son respect de l'environnement. Ces compotes sont cuisinées avec des Pommes issues de vergers exclusivement situés dans les Cévennes gardoises, conduits en Production Fruitière Intégrée (PFI).

Ce type de production défend des fruits et légumes de haute qualité donnant priorité aux méthodes minimisant les effets secondaires et l'utilisation de produits agrochimiques, afin d'améliorer la protection de l'environnement et la santé humaine. Et, nous avons sélectionné un conditionnement collectif, en poche. Dans le cas d'une poche de 5 kg, 50 compotes seront servies soit 49 contenants en moins à la poubelle !



Produit issu de l'agriculture biologique



Indication géographique protégée



Appellation d'origine protégée

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Désaléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.