

Lundi 1er Novembre

Mardi 2 Novembre

Mercredi 3 Novembre

Jeudi 4 Novembre

Vendredi 5 Novembre

Bébés

Férial TOUSSAINT	Emincé de dinde	Filet de colin	Sauté de bœuf	Filet de colin
	Purée de potirons	Purée de panais	Purée de brocolis	Purée d'épinards
	Purée de pommes de terre	Purée de patates douces	Floraline	Purée de pommes de terre
	Purée de carottes complément	Purée de carottes complément	Purée de carottes complément	Purée de carottes complément
	Purée de fruits	Petit suisse nature	Purée de fruits	Fromage blanc nature

Moyens

	Emincé de dinde	Filet de colin	Sauté de bœuf	Filet de colin
	Poêlée hivernale	Macaronis	Petits pois	Riz
	Polenta	Panais à l'huile d'olive	Boulgour	Mouliné d'épinards
	Bûche de chèvre à la coupe	Fromage fouetté	Yaourt nature	Saint Paulin
	Fruit de saison	Purée de fruits	Fruit de saison	Fruit de saison

Grands

	Salade de pommes de terre aux légumes	Coleslaw	Salade de maïs	Potage de légumes
	Emincé de dinde parisien	Macaronis	Omelette	Colombo de colin
	Poêlée hivernale	à la bolognaise de bœuf	Petits pois	Riz
	Bûche de chèvre à la coupe	Fromage fouetté	Yaourt nature	Saint Paulin
	Fruit de saison	Purée de fruits	Fruit de saison	Fruit de saison

NOS APPROVISIONNEMENTS

0% de nitrites



Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).



Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.



Nos huiles végétales sont variées (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.



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 légumes frais sont 100% locaux en pleine saison, ou a minima d'origine France.



Tous nos légumes BIO sont a-minima d'origine France (sauf champignons).



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.



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.



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 8 Novembre

Mardi 9 Novembre

Mercredi 10 Novembre


Jeudi 11 Novembre

Vendredi 12 Novembre


Bébés

Filet de colin Purée de potirons Purée de patates douces Purée de carottes complément Purée de fruits	Emincé de veau Purée d'épinards Purée de pommes de terre Purée de carottes complément Fromage blanc nature	Emincé de dinde Purée de brocolis Floraline Purée de carottes complément Purée de fruits	Férié ARMISTICE	Filet de colin Purée de haricots verts Purée de pommes de terre Purée de carottes complément Purée de fruits
--	--	--	--------------------------------------	--

Moyens

Filet de colin Potirons à l'huile d'olive Pennes Cotentin Fruit de saison	Emincé de veau Gratin de pommes de terre Topinambours mornay Fromage blanc nature Purée de fruits	Emincé de dinde Brocolis mornay  Riz Tomme blanche Fruit de saison		Filet de colin Haricots verts persillés Gnocchis Brie à la coupe Purée de fruits
--	--	---	--	---

Grands

 Œuf dur Duo de penne et pois chiches Potirons à l'huile d'olive Cotentin Fruit de saison	Carottes râpées Emincé de veau financière Gratin de pommes de terre Fromage blanc nature Purée de fruits	Salade de coquillettes parisienne Rôti de dinde Brocolis mornay Tomme blanche Fruit de saison		Taboulé d'hiver Dos de colin meunière et citron Haricots verts persillés Brie à la coupe Purée de fruits
---	--	---	--	--

NOS APPROVISIONNEMENTS

0% de nitrites



Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).



Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.



Nos huiles végétales sont variées (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.



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 légumes frais sont 100% locaux en pleine saison, ou a minima d'origine France.

Tous nos légumes BIO sont a-minima d'origine France (sauf champignons).



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.



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.



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 15 Novembre

Mardi 16 Novembre

Mercredi 17 Novembre

Jeudi 18 Novembre

Vendredi 19 Novembre

Bébés

Sauté de porc Purée de brocolis Floraline Purée de carottes complément Petit suisse nature	Filet de colin Purée de potirons Purée de patates douces Purée de carottes complément Purée de fruits	Sauté de bœuf Purée de haricots verts Purée de pommes de terre Purée de carottes complément Fromage blanc nature	Escalope de poulet Purée d'épinards Floraline Purée de carottes complément Purée de fruits	Filet de colin Purée de brocolis Purée de patates douces Purée de carottes complément Yaourt nature
--	--	--	--	--

Moyens

Sauté de porc Coquillettes Brocolis à l'huile d'olive Camembert à la coupe Purée de fruits	Filet de colin Purée de potirons Riz Emmental à la coupe Fruit de saison	Sauté de bœuf Semoule Poêlée de légumes Chanteneige Fruit de saison	Escalope de poulet Pommes de terre boulangère Mouliné d'épinards Petit suisse nature Fruit de saison	Filet de colin Choux fleurs en gratin Blé Vache picon Gâteau aux marrons Maison
---	--	--	---	---

Grands

Carottes râpées Sauté de porc à la provençale Coquillettes Camembert à la coupe Purée de fruits	Maïs-betteraves Parmentier de bœuf à la purée de potirons Emmental à la coupe Fruit de saison	Potage de légumes Emincé de bœuf basquaise Semoule Chanteneige Fruit de saison	Macédoine vinaigrette Escalope de poulet aux herbes de Provence Pommes de terre boulangère Petit suisse nature Fruit de saison	Pamplemousse Filet de hoki sauce ciboulette Duo choux fleurs et blé Vache picon Gâteau aux marrons Maison
---	---	--	---	--

NOS APPROVISIONNEMENTS
0% de nitrites

Nos viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

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.

Tous nos légumes BIO sont a-minima d'origine France (sauf champignons).

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.

100% de notre Riz est de Camargue, labélisé IGP.

Nos huiles végétales sont variées (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.

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 22 Novembre	Mardi 23 Novembre	Mercredi 24 Novembre	Jeudi 25 Novembre	Vendredi 26 Novembre
Bébés				
Sauté de bœuf Purée de haricots verts Purée de patates douces Purée de carottes complément Purée de fruits	Filet de colin Purée de brocolis Purée de pommes de terre Purée de carottes complément Fromage blanc nature	Escalope de poulet Purée d'épinards Floraline Purée de carottes complément Purée de fruits Maison	Sauté de bœuf Purée de potirons Purée de patates douces Purée de carottes complément Petit suisse nature	Filet de colin Purée de panais Purée de pommes de terre Purée de carottes complément Purée de fruits
Moyens				
Sauté de bœuf Carottes à l'échalote Boulgour Saint Nectaire à la coupe Fruit de saison	Filet de colin Purée de pommes de terre Haricots verts persillés Fromage blanc nature Fruit de saison	Escalope de poulet Mouliné d'épinards Blé Coulommiers à la coupe Purée de fruits Maison	Sauté de bœuf Pennes Potirons persillés Cantal à la coupe Fruit de saison	Filet de colin Purée de panais Boulgour Saint Marcellin à la coupe Purée de fruits
Grands				
Salade de lentilles aux légumes Sauté de bœuf au romarin Duo de carottes et boulgour Saint Nectaire à la coupe Fruit de saison	Potage de légumes Blanquette de colin Purée de pommes de terre Fromage blanc nature Fruit de saison	Salade de farfalles parisienne Œufs durs Mouliné d'épinards et croûtons Coulommiers à la coupe Purée de fruits Maison	Quiche aux endives Maison Raviolis de bœuf sauce tomates Cantal à la coupe Fruit de saison	Coleslaw Filet de merlu sauce normande Purée de panais Saint Marcellin à la coupe Purée de fruits

NOS APPROVISIONNEMENTS

0% de nitrites

Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.

Nos huiles végétales sont variées (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.

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 légumes frais sont 100% locaux en pleine saison, ou a minima d'origine France.

Tous nos légumes BIO sont a-minima d'origine France (sauf champignons).

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.

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 29 Novembre	Mardi 30 Novembre	Mercredi 1er Décembre	Jeudi 2 Décembre	Vendredi 3 Décembre
Bébés				
Filet de colin Purée d'épinards Floraline Purée de carottes complément Yaourt nature	Sauté de bœuf Purée de brocolis Purée de patates douces Purée de carottes complément Purée de fruits	Rôti de dinde Purée de haricots verts Purée de pommes de terre Purée de carottes complément Fromage blanc nature	Sauté de porc Purée de butternut Purée de patates douces Purée de carottes complément Purée de fruits	Filet de colin Purée de topinambours Purée de pommes de terre Purée de carottes complément Petit suisse nature
Moyens				
Filet de colin Riz Petits pois Bûche de chèvre à la coupe Purée de fruits	Sauté de bœuf Brocolis à l'huile d'olive Macaronis Camembert à la coupe Fruit de saison	Rôti de dinde Purée de pommes de terre Carottes persillées Edam Fruit de saison	Sauté de porc Butternut à l'huile d'olive Patates douces Mimolette Fruit de saison	Filet de colin Coquillettes Topinambours à l'huile d'olive Petit suisse nature Fruit de saison
Grands				
Carottes râpées Filet de hoki sauce provençale Riz Bûche de chèvre à la coupe Purée de fruits	Taboulé d'hiver Emincé de bœuf au curry Brocolis à l'huile d'olive Camembert à la coupe Fruit de saison	Potage de légumes Galopin de veau Purée de pommes de terre Edam Fruit de saison	Mousse de pois chiches au curcuma sur toast Sauté de porc à l'orange Duo de butternut et patates douces Mimolette Fruit de saison	Cœur de palmier-maïs Bolognaise de thon Coquillettes Petit suisse nature Fruit de saison

NOS APPROVISIONNEMENTS

0% de nitrites

Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.

Nos huiles végétales sont variées (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.

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 légumes frais sont 100% locaux en pleine saison, ou a minima d'origine France.

Tous nos légumes BIO sont a-minima d'origine France (sauf champignons).

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.

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.