



TERRES  
de  
CUISINE

# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 2 Décembre	Mardi 3 Décembre	Jeudi 5 Décembre	Vendredi 6 Décembre
Radis - beurre	Jus de pommes	Endives aux dés de gouda	Quiche aux poireaux maison
Tortillas de pommes de terre	Couscous de boulettes de bœuf et ses légumes	Steak haché	Pépites de colin pané aux céréales
Jardinière de légumes	Yaourt sucré	Pommes de terre rissolées	Carottes persillées
Crème anglaise	<b>Fruit de saison</b> 	Liégeois au chocolat	Edam
Madeleine			Fruit de saison
Lundi 9 Décembre	Mardi 10 Décembre	Jeudi 12 Décembre	Vendredi 13 Décembre
Salade verte	Pizza au fromage	Betteraves vinaigrette	Salade de kouki
Tartiflette	Colin sauce maître d'hôtel	Rôti de veau au jus	<b>Bolognaise de soja</b> 
Savoyarde	Purée de potiron	Galettes de légumes	Riz
Petit suisse sucré	Gouda	Cotentin	Saint Félicien du Vercors
Ananas au sirop	Fruit de saison	Fruit de saison	<b>Gâteau au citron Maison</b>

## NOS APPROVISIONNEMENTS

### Nos Viandes :

100% de nos viandes en morceaux sont françaises

- Bœuf
  - Veau
  - Porc
-  Auvergne - Rhône-Alpes

### Nos féculents :

- 100% de nos pâtes sèches BIO sont fabriquées en Savoie
  - 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
  - Quenelles, gnocchis et raviolis sont fabriqués à Romans
  - 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
-  Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble de nos compositions.

### Nos poissons issus de la pêche durable :

- Colin (brochette, cube, cœur, filet)
- Merlu (œur, portion)
- Hoki (filet)
- Cabillaud
- Limande

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.

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

- Haricots verts
- Haricots beurre
- Petits pois
- Epinards

### 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, céleri, navet, pomme de terre...

**Nos compotes sont fabriquées localement** (Drôme, Ardèche); à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux.

## L'ACTUALITE DU MOIS

### Ingrediénts :

- 40gr d'emmental râpé
- 160 gr de crème fraîche
- 160g de lait
- 2 œufs
- 250gr de poireaux
- 3gr de sel
- 1gr de muscade
- 1 pâte à tarte

## TARTE AUX POIREAUX

### Recette

1. Démarrer le four à 160°C
2. Faire revenir les poireaux dans du beurre
3. Mélanger le lait, la crème, les œufs, le sel et la muscade.
1. Mettre le mélange dans le fond de tarte
2. Puis les poireaux et le râpé
3. Cuire 45 minutes



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.

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



### Lundi 16 Décembre

Oeufs durs mayonnaise

Raviolis



aux légumes du soleil

Coulommiers à la coupe

Fruit de saison

### Mardi 17 Décembre

Carottes râpées

Saucisse de Toulouse

Lentilles

Vache picon

Yaourt aromatisé

### Jeudi 19 Décembre

Bâtonnet de mozzarella pané et salade iceberg  
Mijoté de dinde en robe d'hiver (marrons et champignons)

Pommes pin

Sapin chocolat noir

Chocolats de Noël et clémentine

### Vendredi 20 Décembre

Macédoine mayonnaise

Poisson pané et citron

Haricots verts

Fromage fouetté

Compote



#### NOS APPROVISIONNEMENTS

##### Nos Viandes :

100% de nos viandes en morceaux sont françaises

- Bœuf
- Veau
- Porc



Auvergne - Rhône-Alpes

##### Nos féculents :

- 100% de nos pâtes sèches BIO sont fabriquées en Savoie

- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)

- Quenelles, gnocchis et raviolis sont fabriqués à Romans

- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français

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

##### Nos poissons issus de la pêche durable :

- Colin (brochette, cube, cœur, filet)
- Merlu (œur, portion)
- Hoki (filet)
- Cabillaud
- Limande

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.

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

- Haricots verts
- Epinards
- 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, poivron, courge, potimarron, céleri, navet, pomme de terre...



**Nos compotes sont fabriquées localement** (Drôme, Ardèche); à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux.



Produit issu de l'agriculture biologique

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.



Indication géographique protégée



#### L'ACTUALITE DU MOIS

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 goutueuse, la durée d'élevage est plus longue. La sécurité sanitaire est contrôlée à toutes les étapes de la production.



#### LABEL ROUGE



Appellation d'origine protégée

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