

LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 2 Novembre	Mardi 3 Novembre	Jeudi 5 Novembre	Vendredi 6 Novembre
Salade verte Tartiflette Petit suisse sucré Ananas au sirop	Pizza au fromage Escalope de poulet sauce forestière Purée de carottes Vache picon Fruit de saison	Haricots verts en salade Colin sauce bourride Riz aux petits légumes Camembert à la coupe Fruit de saison	Salade de mâche aux pommes Bio Ravioles avec des épinards Fromage fouetté Pumpkin Pie (Tarte à la citrouille Maison)
Lundi 9 Novembre	Mardi 10 Novembre	Jeudi 12 Novembre	Vendredi 13 Novembre
Salade de penne ravigote Poulet rôti Poêlée d'hiver (champignons, haricots romano, pommes de terre) Cotentin Fruit de saison	Duo de choux et dés de brebis Couscous de boulettes de bœuf et ses légumes Yaourt aromatisé	Salade verte Saucisse de strasbourg Lentilles Emmental à la coupe Mousse au chocolat	Salade de blé aux légumes Omelette Carottes persillées Brique de vache du Vercors à la coupe 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.

L'ACTUALITE DU MOIS

Ingrédients :

- 1 pâte à tarte sablée
- 10 gr de crème fraîche 30% de matière grasse
- 240 ml de lait
- 1 œuf
- 60 gr de sucre
- 500 gr de butternut ou potiron

PUMPKIN PIE (tarte à la citrouille)

Recette

1. Éplucher le potiron et le découper en cube.
2. Le cuire à la vapeur pendant 20 minutes.
3. Fouetter l'œuf et le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
4. Ajouter le lait, la crème et la purée de potiron tempérée. Mélanger.
5. Étaler la pâte dans un plat à tarte puis rajouter la préparation.
6. Cuire à 170°C pendant 40 minutes.



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 16 Novembre	Mardi 17 Novembre	Jeudi 19 Novembre	Vendredi 20 Novembre
Rosette Emincé de boeuf basquaise Pommes noisette Tartare aux fines herbes Fruit de saison	Carottes râpées Merlu sauce maître d'hôtel Purée de potiron Coulommiers à la coupe Riz au lait	Salade de Maïs-thon Rôti de porc à la moutarde Haricots verts Brie à la coupe Compote	V Quiche aux oignons Maison Raviolis à l'emmental Sauce tomate Petit suisse sucré Fruit de saison
Lundi 23 Novembre	Mardi 24 Novembre	Jeudi 26 Novembre	Vendredi 27 Novembre
<div>  SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS  </div>			
Salade verte et dès d'emmental Pot au feu et ses légumes Yaourt aromatisé Duo Lozère (seau)	V Coleslaw Dahl de lentilles Macaronnis Saint Marcellin à la coupe Compote de pommes du Vigan (Poche)	Betteraves Jambon blanc Purée de pommes de terre Verre de lait (bouteille) Gâteau aux amandes Maison	Taboulé Poisson pané et citron Petits pois Bleu à la coupe Fruit de saison
Lundi 30 Novembre	Mardi 1er Décembre	Jeudi 3 Décembre	Vendredi 4 Décembre
V Carottes râpées au citron Chili de haricots rouges Riz Camembert à la coupe Crème dessert vanille	Salade de boulgour Poulet rôti Flan de potiron Emmental à la coupe Fruit de saison	Tapenade sur toast Emincé de veau à la parisienne Brocolis à l'huile d'olive Chanteneige Fruit de saison	Iceberg et Endives et billes de mozzarella Marmite du pêcheur Pommes vapeurs Flan chocolat

NOS APPROVISIONNEMENTS

- Nos Viandes** sont 100% françaises, et locales pour le Boeuf, 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

SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS

Du 21 au 29 Novembre, nous célébrons la 12^{ème} édition de la Semaine Européenne de la Réduction des Déchets (SERD) !

Le saviez-vous ?

Pour un service de 100 enfants sur 1 semaine*, en passant de 8 composantes de repas en emballage individuel à un emballage collectif, nous jetons 49 emballages au lieu de 800.

751 emballages en moins à la poubelle !

*sur la base de l'action menée pendant la SERD chez Terres de cuisine en 2019



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.