



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Belgentier

Lundi 1er Novembre	Mardi 2 Novembre	Jeudi 4 Novembre	Vendredi 5 Novembre
Lundi 8 Novembre	Mardi 9 Novembre	Jeudi 11 Novembre	Vendredi 12 Novembre
<p>Carottes râpées</p> <p>Emincé de veau financière</p> <p>Gratin de pommes de terre</p> <p>Emmental</p> <p>Ramequin de fromage blanc et sucre</p>	<p>V</p> <p>Oeuf dur mayonnaise</p> <p>Duo de penne et pois chiches</p> <p>Potirons à l'huile d'olive</p> <p>Cotentin</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Férié</p> <p>ARMISTICE</p>	<p>Taboulé d'hiver</p> <p>Dos de colin meunière et citron</p> <p>Haricots verts persillées</p> <p>Brie</p> <p>Cocktail de fruits au sirop</p>

NOS APPROVISIONNEMENTS

 Nos **Vian**des 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.

Menu végétarien

Des menus riches en protéines végétales, fibres et minéraux.



 **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 Novembre	Mardi 16 Novembre	Jeudi 18 Novembre	Vendredi 19 Novembre
<p>Carottes râpées</p> <p>Carbonara</p> <p>Spaghettis</p> <p>Camembert</p> <p>Flan caramélisé</p>	<p>V</p> <p>Maïs-betteraves</p> <p>Parmentier de lentilles à la purée de potirons</p> <p>Emmental</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Macédoine mayonnaise</p> <p>Escalope de poulet au jus</p> <p>Pommes noisette</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Bâtonnets de colin panés et citron</p> <p>Choux fleurs en gratin</p> <p>Vache picon</p> <p>Gâteau aux marrons Maison</p>
Lundi 22 Novembre	Mardi 23 Novembre	Jeudi 25 Novembre	Vendredi 26 Novembre
<p> LA SEMAINE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS : "Tout le monde peut agir !" </p>			
<p>Salade de lentilles</p> <p>Sauté de bœuf au romarin</p> <p>Carottes à l'échalote</p> <p> Saint Nectaire à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Tartiflette</p> <p>Ramequin de fromage blanc et Confiture de myrtilles (pot)</p>	<p>V</p> <p>Quiche aux endives Maison</p> <p>Raviolis au tofu sauce basilic</p> <p> Cantal à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Coleslaw mayonnaise</p> <p>Filet de merlu sauce normande</p> <p>Purée de panais</p> <p> Saint Marcellin à la coupe</p> <p>Mousse au chocolat</p>
Lundi 29 Novembre	Mardi 30 Novembre	Jeudi 2 Décembre	Vendredi 3 Décembre
<p>V</p> <p>Carottes râpées</p> <p>Mitonné de haricots blancs</p> <p> Riz</p> <p>Saint Môret</p> <p>Compote</p>	<p>Taboulé d'hiver</p> <p>Emincé de bœuf au curry</p> <p>Brocolis à l'huile d'olive</p> <p>Camembert</p> <p>Fruit de saison</p>	<p> menu ORANGE</p> <p>Mousse de pois chiche au curcuma sur toast</p> <p>Sauté de porc à l'orange</p> <p>Butternut à l'huile d'olive</p> <p>Mimolette</p> <p>Pan cake et confiture d'abricots (pot)</p>	<p>Mélange de crudités (salade verte, chou rouge et maïs)</p> <p>Bolognaise de thon</p> <p>Coquillettes</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit de saison</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.

Semaine européenne de la réduction des déchets