



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 30 Septembre	Mardi 1er Octobre	Mercredi 2 Octobre	Jeudi 3 Octobre	Vendredi 4 Octobre
<b>Bébés</b>				
Bœuf haché <b>Purée de courgettes</b>  Floraline <b>Purée de carottes complément</b>  Purée de fruits	Jambon blanc <b>Purée de potiron</b>  <b>Purée de patates douces</b> <b>Purée de carottes complément</b>  Fromage blanc nature	Filet de colin <b>Purée de brocolis</b>  Purée de pommes de terre <b>Purée de carottes complément</b>  Purée de fruits	Escalope de poulet <b>Purée de haricots verts</b>  <b>Purée de patates douces</b> <b>Purée de carottes complément</b>  Petit suisse nature	Filet de colin <b>Purée d'épinards</b>  Floraline <b>Purée de carottes complément</b>  Purée de fruits
<b>Moyens</b>				
Bœuf haché <b>Courgettes à la provençale</b>  Polenta Saint Paulin Fruit de saison	Jambon blanc <b>Purée de patates douces</b>  <b>Panais à la crème</b>  Fromage blanc nature Purée de fruits	Filet de colin <b>Brocolis mornay</b>  Pommes vapeurs Camembert à la coupe Fruit de saison	Escalope de poulet <b>Ratatouille</b>  Riz Emmental Fruit de saison	Filet de colin Tortis <b>Haricots verts</b>  Edam Purée de fruits
<b>Grands</b>				
Salade de penne ravigote Sauté de boeuf aux romarin Courgettes à la provençale Saint Paulin Fruit de saison	Carottes râpées Jambon blanc Lentilles Fromage blanc nature Purée de fruits	Taboulé Escalope de poulet au paprika Brocolis mornay Camembert à la coupe Fruit de saison	Salade pommes de terre aux crudités Omelette Ratatouille Emmental Fruit de saison	Tomates aux dés de brebis Marmite du pêcheur (sans fruits de mer) Tortis Purée de fruits

**NOS APPROVISIONNEMENTS**

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

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

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

**Légumes issus de agriculture durable :** (a minima)  
 - Haricots verts  
 - Haricots beurre  
 - Epinards  
 - Petits pois

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

Lundi 7 Octobre

Mardi 8 Octobre

Mercredi 9 Octobre

Jeudi 10 Octobre

Vendredi 11 Octobre

## Bébés

<p>Veau haché</p> <p>Purée d'épinards </p> <p>Purée de patates douces</p> <p>Purée de carottes complément </p> <p>Yaourt nature</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Purée de panais </p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Purée de carottes complément </p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Bœuf haché</p> <p>Purée de haricots verts </p> <p>Floraline</p> <p>Purée de carottes complément </p> <p>Fromage blanc nature</p>	<p>Jambon blanc</p> <p>Purée de courgettes </p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Purée de carottes complément </p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Purée de potiron </p> <p>Floraline</p> <p>Purée de carottes complément </p> <p>Petit suisse nature</p>
---	---	---	---	---

## Moyens

<p>Veau haché</p> <p>Pommes de terre</p> <p>Epinards à la crème </p> <p>Edam</p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Purée de panais </p> <p>Polenta</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Bœuf haché</p> <p>Riz de Camargue </p> <p>Choux fleur à la crème </p> <p>Chantailou</p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Jambon blanc</p> <p>Coquillettes</p> <p>Carottes persillées </p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Purée de potiron </p> <p>Gnocchis</p> <p>Saint Nectaire </p> <p>Roulé au chocolat maison</p>
---	---	---	---	---

## Grands

# La Semaine du Goût - Les repas de nos chefs

<p><b>Chef Nicolas Mequignon</b> (atelier Haute Provence)</p> <p>Salade de carottes et courgettes râpées</p> <p>Emincé de veau à l'indienne</p> <p>Pommes de terre</p> <p>Edam</p> <p>Purée de fruits</p>	<p><b>Chef Laure Francoul</b> (atelier Méditerranée)</p> <p>Salade de pois chiches au cumin</p> <p>Sauté de porc au miel</p> <p>Purée de panais</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Chef Jean Luc Savreux</b> (atelier Cévennes)</p> <p>Radis râpés</p> <p>Gardianne de taureau</p> <p>Riz de Camargue </p> <p>Chantailou</p> <p>Purée de fruits</p>	<p><b>Chef Christophe Thauvin</b> (atelier Rhône Isère)</p> <p>Cervelle de canut avec toast (fromage blanc, ciboulette, échalote)</p> <p>Saumon à la crème</p> <p>Coquillettes</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Chef Fabrice Creton</b> (atelier Provence)</p> <p>Champignons à la grecque</p> <p>Cabillaud sauce maître d'hôtel</p> <p>Purée de potiron</p> <p>Saint Nectaire </p> <p>Roulé au chocolat maison</p>
---	--	--	---	---

### NOS APPROVISIONNEMENTS

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

**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.

**Nos féculents :**  
- Raviolis BIO du Vaudouze  
- 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

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

**Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés**  
Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont :  
- Carotte - Courgette  
- Potiron - Courge  
- Polimarron...

**Légumes issus de agriculture durable :** (a minima)  
- Haricots verts - Epinards  
- Haricots beurre - Petits pois

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

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.

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

Lundi 14 Octobre

Mardi 15 Octobre

Mercredi 16 Octobre

Jeudi 17 Octobre

Vendredi 18 Octobre

## Bébés

<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée de courgettes</b> </p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b> </p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Escalope de poulet</p> <p><b>Purée de potiron</b> </p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b> </p> <p>Fromage blanc nature</p>	<p>Bœuf haché</p> <p><b>Purée de brocolis</b> </p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b> </p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Jambon blanc</p> <p><b>Purée de haricots verts</b> </p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b> </p> <p>Yaourt nature</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée d'épinards</b> </p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b> </p> <p>Purée de fruits</p>
--	---	---	--	--

## Moyens

<p>Filet de colin</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Courgettes à l'huile d'olive</b> </p> <p>Gouda</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Escalope de poulet</p> <p><b>Carottes à l'huile d'olive</b> </p> <p><b>Purée de patates douces</b> </p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Bœuf haché</p> <p><b>Epinards mornay</b> </p> <p>Pommes vapeurs</p> <p>Petit suisse nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Jambon blanc</p> <p><b>Haricots verts sautés</b> </p> <p>Riz</p> <p>Fromage fouetté</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Semoule</p> <p><b>Poêlée de légumes</b> </p> <p>Domalaité</p> <p>Purée de fruits</p>
---	---	--	---	---

## Grands

<p>Betteraves vinaigrette</p> <p>Parmentier de merlu</p> <p>Gouda</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade de penne parisienne</p> <p>Rôti de dinde au jus</p> <p>Carottes à l'huile d'olive</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Salade de blé andalouse</p> <p>Galopin de veau</p> <p>Epinards mornay</p> <p>Petit suisse nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Pizza</p> <p>Jambon blanc</p> <p>Haricots verts sautés</p> <p>Fromage fouetté</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Concombres</p> <p>Hoky sauce curry</p> <p>Semoule</p> <p>Domalaité</p> <p>Purée de fruits</p>
--	--	--	---	--

### NOS APPROVISIONNEMENTS



#### Nos Viandes :

100% de nos viandes en morceaux sont françaises :

- Bœuf
  - Veau
  - Porc
- Occitanie - Rhône-Alpes



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

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

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.



#### Nos féculents :

- Ravioles BIO du Vaucluse
- 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



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



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

Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont :

- Carotte
- Potiron
- Potimarron...
- Courgette
- Courge



#### Légumes issus de agriculture durable : (a minima)

- Haricots verts
- Haricots beurre
- Epinards
- Petits pois

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



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.



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 21 Octobre

Mardi 22 Octobre

Mercredi 23 Octobre

Jeudi 24 Octobre

Vendredi 25 Octobre

## Bébés

Escalope de poulet <b>Purée de haricots verts</b> <b>Purée de patates douces</b> <b>Purée de carottes complément</b> Yaourt nature	Filet de colin <b>Purée d'épinards</b> Floraline <b>Purée de carottes complément</b> Purée de fruits	Rôti de porc <b>Purée de panais</b> Purée de pommes de terre <b>Purée de carottes complément</b> Petit suisse nature	Bœuf haché <b>Purée de brocolis</b> <b>Purée de patates douces</b> <b>Purée de carottes complément</b> Purée de fruits	Filet de colin <b>Purée de potiron</b> Floraline <b>Purée de carottes complément</b> Fromage blanc nature
--	--	--	--	---

## Moyens

Escalope de poulet Polenta <b>Haricots verts</b> Camembert à la coupe Fruit de saison	Filet de colin Floraline <b>Brocolis à l'huile d'olives</b> Vache picon Fruit de saison	Rôti de porc <b>Purée de panais</b> Gnocchis Edam Purée de fruits	Bœuf haché <b>Choux fleur à la crème</b> Coquillettes Petit moulé ail et fines herbes Fruit de saison	Filet de colin Riz <b>Carottes sautées</b> Emmental Purée de fruits
---	---	---	---	---

## Grands

Potage de légumes Bœuf bourguignon Polenta Camembert à la coupe Fruit de saison	Cœur de palmier Omelette Petits pois Vache picon Fruit de saison	Coleslaw Rôti de porc aux olives <b>Purée de panais</b> Edam Purée de fruits	Quiche au potiron maison Steak haché au jus Choux fleur à la crème Petit moulé ail et fines herbes Fruit de saison	Kouki Terrine de colin Riz Emmental Purée de fruits
---	--	--	--	---

**NOS APPROVISIONNEMENTS**

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

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

**Nos féculents :**  
- Raviolis BIO du Vaucluse  
- 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

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

**Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés**  
Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont :  
- Carotte  
- Courgette  
- Potiron  
- Courge  
- Petimarron...

**Légumes issus de agriculture durable :** (a minima)  
- Haricots verts  
- Epinards  
- Haricots beurre  
- Petits pois

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



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.

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



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 28 Octobre

Mardi 29 Octobre

Mercredi 30 Octobre

Jeudi 31 Octobre

Vendredi 1er Novembre

## Bébés

Escalope de poulet <b>Purée d'épinards</b> Floraline <b>Purée de carottes complément</b> Purée de fruits	Filet de colin <b>Purée de brocolis</b> Purée de pommes de terre <b>Purée de carottes complément</b> Yaourt nature	Bœuf haché <b>Purée de haricots verts</b> <b>Purée de patates douces</b> <b>Purée de carottes complément</b> Purée de fruits	Escalope de poulet <b>Purée de potiron</b> Floraline <b>Purée de carottes complément</b> Petit suisse nature	
--	--	--	--	--

## Moyens

Escalope de poulet Blé aux <b>petits légumes</b> Cotentin Fruit de saison	Filet de colin Pommes de terre boulangère <b>Brocolis sautés</b> Montcendré Fruit de saison	Bœuf haché <b>Purée de patates douces</b> <b>Champignons à la crème</b> Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	Escalope de poulet <b>Purée de potiron</b> Riz Gouda Purée de fruits	<b>FERIE</b>
---	---	--	--	--------------

## Grands

Potage de légumes Sauté de dinde au thym Blé aux petits légumes Cotentin Fruit de saison	Betteraves vinaigrette Merlu sauce aurore Pommes de terre boulangère Montcendré Fruit de saison	Salade haricots verts maïs Paleron de bœuf au jus Spaghettis Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	Carottes râpées Emincé de veau basquaise Purée de potiron Gouda Purée de fruits	
--	---	---	---	--

### NOS APPROVISIONNEMENTS



#### Nos Viandes :

100% de nos viandes en morceaux sont françaises :

- Bœuf
- Veau
- Porc

Océanie - Rhône-Alpes



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

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

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.



#### Nos féculents :

- Raviolis BIO du Vaucluse
- 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



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



#### 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...



#### Légumes issus de agriculture durable : (a minima)

- Haricots verts
- Epinards
- Haricots beurre
- Petits pois

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



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.