

Lundi 4 Octobre	Mardi 5 Octobre	Mercredi 6 Octobre	Jeudi 7 Octobre	Vendredi 8 Octobre
Taboulé	Duo de choux en mayonnaise	Poulet rôti	Lasagnes à la bolognaise	V Tortillas de pommes de terre
Bœuf braisé au jus	Filet de merlu sauce aurore	Frites	Camembert à la coupe	Carottes à l'huile d'olive
Haricots verts persillés	Riz	Vache qui rit	Compote	coulommiers à la coupe
Petits suisses sucrés	Flan vanille	Fruit de saison		Gâteau à la noix de coco Maison

Lundi 11 Octobre	Mardi 12 Octobre	Mercredi 13 Octobre	Jeudi 14 Octobre	Vendredi 15 Octobre
------------------	------------------	---------------------	------------------	---------------------

LA SEMAINE DU GOÛT : *A la découverte des épices*

Poulet à la vanille	V Tajine de pois chiches aux potirons et sa semoule	Salade de tomates, petits pois et fèves au cumin	Curry rouge de bœuf à la coco	Salade verte et sa vinaigrette au curcuma
Riz aux petits légumes	Pain d'épices	Hachis parmentier de bœuf	Courgettes persillées	Mitoné de la mer sauce safranée
Gouda	Ramequin de fromage blanc et sucre	à la patates douces et paprika	Yaourt sucré	Spaghettis
Pomme au four à la cannelle		Fruit de saison	Gâteau à la fèves de Tonka Maison	Crème renversée

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.

Découverte des épices !

LES 13 ET 15 OCTOBRE DÈS 18H

Participez au jeu quizz SUR LA PAGE FACEBOOK @TERRESDECUISINE.FR

Lundi 18 Octobre	Mardi 19 Octobre	Mercredi 20 Octobre	Jeudi 21 Octobre	Vendredi 22 Octobre
<p>V</p> <p>Salade de blé parisienne</p> <p>Œufs durs</p> <p>Mouliné d'épinards et croûtons</p> <p>Crème dessert vanille</p>	<p>Chipolatas (sans porc : galette de soja)</p> <p>Lentilles</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade de boulgour aux légumes</p> <p>Poulet rôti</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Compote</p>	<p>Coleslaw mayonnaise</p> <p>Emincé de veau basquaise</p> <p>Frites</p> <p>Mousse au chocolat</p>	<p>Cake à l'emmental Maison</p> <p>Poisson pané et citron</p> <p>Purée de potirons</p> <p>Yaourt aromatisé</p>
Lundi 25 Octobre	Mardi 26 Octobre	Mercredi 27 Octobre	Jeudi 28 Octobre	Vendredi 29 Octobre
<p>Couscous de boulettes de bœuf et ses légumes</p> <p>Brie à la coupe</p> <p>Flan caramel</p>	<p>Crêpe au fromage</p> <p>Merlu sauce maître d'hôtel</p> <p>Gratin de brocolis</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Emincé de bœuf mexicain</p> <p>Polenta</p> <p>Ramequin de fromage blanc et sucre</p>	<p>V</p> <p>Cappelletis ricotta épinards</p> <p>sauce provençale</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>HALLOWEEN!</p> <p>Carottes râpées</p> <p>Hot dog de volaille maison</p> <p>Frites</p> <p>Gourmandise d'Halloween</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.

Cake maison à l'emmental

Découvrez la recette sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE



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.