



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Groupement  
Tournon sur  
Rhône

Lundi 8 Novembre

Mardi 9 Novembre

Jeudi 11 Novembre

Vendredi 12 Novembre



Œuf dur  
mayonnaise

Duo de penne et pois chiches

Potirons à la crème

Cotentin

Fruit de saison

Salade verte  
et dès de brebis

Emincé de veau financière

Gratin de pommes de terre

Ramequin de fromage blanc et sucre

Férié

ARMISTICE

Taboulé d'hiver

Steak haché aux herbes

Haricots verts persillées

Brie à la coupe

Cocktail de fruits au sirop

## 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.

# 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  |
|---|--|--|---|
| Carottes râpées<br>Carbonara<br>Spaghettis<br>Camembert à la coupe<br>Flan caramel  | Salade verte<br>Parmentier de lentilles<br>à la purée de potirons<br>Emmental à la coupe<br><b>Fruit de saison</b> | Macédoine mayonnaise<br><b>Poulet rôti</b><br>Pommes noisette<br>Petit suisse sucré<br>Fruit de saison   | Mais-betteraves<br>Bâtonnets de colin panés et citron<br>Choux fleurs en gratin<br>Vache picon<br><b>Gâteau aux marrons Maison</b>        |
| Lundi 22 Novembre   | Mardi 23 Novembre  | Jeudi 25 Novembre  | Vendredi 26 Novembre  |
| <b>LA SEMAINE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS : "Tout le monde peut agir !"</b>   |  |  |   |
| Salade de lentilles<br>Sauté de bœuf au romarin<br>Carottes à l'échalote<br><b>Saint Nectaire à la coupe</b><br>Fruit de saison | Salade verte<br>Tartiflette<br>Ramequin de fromage blanc et<br>Confiture de myrtilles (pot)                        | Œufs durs mayonnaise<br><b>Raviolis au fromage sauce tomate</b><br><b>Cantal à la coupe</b><br>Fruit de saison   | Coleslaw mayonnaise<br>Escalope de poulet au jus<br>Purée de panais<br><b>Saint Marcellin du Vercors à la coupe</b><br>Mousse au chocolat |
| Lundi 29 Novembre   | Mardi 30 Novembre  | Jeudi 2 Décembre   | Vendredi 3 Décembre   |
| <b>Carottes râpées</b><br>Mitonné de haricots blancs<br><b>Riz</b><br>Bûche de chèvre à la coupe<br>Compote                     | Taboulé d'hiver<br>Emincé de bœuf au curry<br>Brocolis mornay<br>Camembert à la coupe<br>Fruit de saison           | <b>Mousse de pois chiches au curcuma sur toast</b><br><b>Sauté de porc à l'orange</b><br><b>Butternut à l'huile d'olive</b><br><b>Mimolette</b><br><b>Pan cake et confiture d'abricots (pot)</b> | Mélange de crudités (salade verte, chou rouge et maïs)<br>Bolognaise de thon<br>Coquillettes<br>Petit suisse sucré<br>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 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.

Semaine européenne  
de la réduction  
des déchets



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.