




# LE MENU DE MON RESTAURANT


www.terresdecuisine.fr


Lundi 4 Juillet	Mardi 5 Juillet	Mercredi 6 Juillet	Jeudi 7 Juillet	Vendredi 8 Juillet
<b>Bébés</b>				
<p><b>Œuf</b></p> <p><b>Purée de betteraves</b></p> <p>Purée pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Petit suisse nature</p>	<p>Bœuf</p> <p><b>Purée de haricots verts</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée de courgettes</b></p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Fromage blanc nature</p>	<p>Porc</p> <p><b>Purée de brocolis</b></p> <p>Purée pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p><b>Purée de fruits Maison</b></p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée d'aubergines</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Yaourt nature</p>
<b>Moyens</b>				
<p><b>Œuf</b></p> <p><b>Carottes au cumin</b></p> <p>Pommes de terre à l'anglaise</p> <p>Tartare</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Bœuf</p> <p> <b>Riz</b></p> <p><b>Haricots verts</b></p> <p>Cotentin</p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Courgettes à la provençale</b></p> <p>Polenta</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Porc</p> <p>Pennes</p> <p><b>Brocolis à la crème</b></p> <p>Chavroux</p> <p><b>Purée de fruits Maison</b></p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Aubergines à la parmesane</b></p> <p>Blé</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison</p>
<b>Grands</b>				
<p>Salade de farfalles italienne (mozzarella)</p> <p>Falafels</p> <p><b>Carottes au cumin</b></p> <p>Tartare</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>Melon</b></p> <p>Tajine de taureau</p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Cotentin</p> <p><b>Purée de fruit</b></p>	<p>Salade blé aux crudités</p> <p>Terrine de merlu</p> <p><b>Courgettes à la provençale</b></p> <p>Camembert à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>Tomates en salade</b></p> <p>Sauté de porc aux olives</p> <p>Pennes</p> <p>Chavroux</p> <p><b>Purée de fruits Maison</b></p>	<p><b>Salade niçoise</b></p> <p>Merlu sauce provençale</p> <p><b>Aubergines à la parmesane</b></p> <p>Yaourt nature</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>


**NOS APPROVISIONNEMENTS**


0% de nitrates


 **Nos Viandes** sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

 **Nos filets de poissons** sont 100% MSC, issus de la pêche durable.


 **Nos huiles végétales** sont variées (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.


 **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 légumes frais** sont 100% locaux en pleine saison, ou a minima d'origine France.

**Tous nos légumes BIO** sont a-minima d'origine France (sauf champignons).

 **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.

 **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.



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 11 Juillet      Mardi 12 Juillet      Mercredi 13 Juillet      Jeudi 14 Juillet      Vendredi 15 Juillet

## Bébés

<p><b>Œuf dur</b></p> <p><b>Purée de courgettes</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Bœuf</p> <p><b>Purée de petits pois</b></p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Petit suisse nature</p>	<p>Rôti de dinde</p> <p><b>Purée de haricots verts</b></p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>		<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée d'épinards</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>
---	--	---	--	--

## Moyens


<p><b>Œuf dur</b></p> <p><b>Ratatouille</b></p> <p>Pommes vapeurs</p> <p>Vache picon</p> <p>Pastèque</p>	<p>Bœuf</p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Poêlée de légumes</b></p> <p>Petit suisse nature</p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Rôti de dinde</p> <p><b>Haricots verts à l'ail</b></p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>		<p>Filet de colin</p> <p>Macaronis</p> <p><b>Epinards à la crème</b></p> <p>Emmental à la coupe</p> <p>Purée de fruit</p>
--	--	--	--	---


## Grands


<p>Taboulé</p> <p><b>Omelette</b></p> <p><b>Rataouille niçoise</b></p> <p>Vache picon</p> <p><b>Pastèque</b></p>	<p><b>Tomates</b></p> <p>Steak haché sauce pizzaïole</p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p>Petit suisse nature</p> <p><b>Purée de fruit</b></p>	<p>Salade de lentilles à l'échalote</p> <p> <b>Rôti de dinde</b></p> <p><b>Haricots verts à l'ail</b></p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<b>Férié</b>	<p><b>Melon</b></p> <p>Filet de merlu sauce colombo</p> <p>Macaronis</p> <p>Emmental à la coupe</p> <p><b>Purée de fruit</b></p>
--	--	---	--------------	--

**NOS APPROVISIONNEMENTS**


**0% de nitrates**


 **Nos Viandes sont 100% françaises, et locales** pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).


 **Nos pâtes : 95% sont produites en France**, les labélisées **Bio** sont produites par des entreprises **régionales** (Vaucluse et Rhône-Alpes).


 **Nos légumes frais sont 100% locaux en pleine saison**, ou a minima d'origine France.


**Tous nos légumes BIO** sont a-minima d'origine France (sauf champignons).

 **Nos filets de poissons sont 100% MSC**, issus de la pêche durable.

 **100% de notre Riz** est de Camargue, labélisé IGP.

 **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.

 **Nos huiles végétales sont variées** (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.

 **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.

**TERRES DE CUISINE**  **LE MENU DE MON RESTAURANT**  
www.terresdecuisine.fr

Lundi 18 Juillet	Mardi 19 Juillet	Mercredi 20 Juillet	Jeudi 21 Juillet	Vendredi 22 Juillet
<b>Bébés</b>				
<p>Bœuf</p> <p><b>Purée d'aubergines</b></p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Yaourt nature</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée de courgettes</b></p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>	<p><b>Œuf</b></p> <p><b>Purée de haricots verts</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Petit suisse nature</p>	<p>Bœuf</p> <p><b>Purée de petits pois</b></p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée de poireaux</b></p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Fromage blanc nature</p>
<b>Moyens</b>				
<p>Bœuf</p> <p> <b>Riz</b></p> <p><b>Aubergines à la tomate</b></p> <p> <b>Saint Marcellin à la coupe</b></p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Courgettes au fromage frais</b></p> <p>Blé</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Œuf</b></p> <p>Salade de penne au thon</p> <p><b>Tomates vinaigrette</b></p> <p>Gouda</p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Bœuf</p> <p><b>Carottes à l'orange</b></p> <p>Polenta</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Fondue de poireaux</b></p> <p>Cotentin</p> <p>Fruit de saison</p>
<b>Grands</b>				
<p><b>Concombres</b></p> <p>Chili con carné</p> <p> <b>Riz</b></p> <p> <b>Saint Marcellin à la coupe</b></p> <p><b>Purée de fruit</b></p>	<p>Salade de pommes de terre parisienne</p> <p>Hoki sauce vierge</p> <p><b>Courgettes au fromage frais</b></p> <p>Camembert à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p> <b>Tomates vinaigrette</b></p> <p><b>Œuf dur</b></p> <p>Salade de penne au thon</p> <p>Gouda</p> <p><b>Purée de fruit</b></p>	<p>Mousse de pois chiches sur toast</p> <p>Emincé de bœuf à l'indienne</p> <p><b>Carottes à l'orange</b></p> <p>Yaourt nature</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p>Cake petits pois chèvre maison</p> <p>Parmentier de brandade</p> <p>Cotentin</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>

**NOS APPROVISIONNEMENTS**

-  **Nos Viandes sont 100% françaises, et locales** pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).
-  **Nos pâtes : 95% sont produites en France**, les labélisées Bio sont produites par des entreprises régionales (Vaucluse et Rhône-Alpes).
-  **Nos légumes frais sont 100% locaux en pleine saison**, ou a minima d'origine France.
- 0% de nitrites**
-  **Nos filets de poissons sont 100% MSC**, issus de la pêche durable.
-  **100% de notre Riz est de Camargue**, labélisé IGP.
- Tous nos légumes BIO sont a-minima d'origine France** (sauf champignons).
-  **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.

 **Nos huiles végétales sont variées** (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.

 **Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique     **IGP** : Indication Géographique Protégée     **AOP** : Appellation d'Origine Protégée     **Label Rouge**     **V** 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).**

**o** Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats    **o** Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 25 Juillet      Mardi 26 Juillet      Mercredi 27 Juillet      Jeudi 28 Juillet      Vendredi 29 Juillet





## Bébés

<p>Dinde</p> <p><b>Purée de haricots verts</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée de betteraves</b></p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Fromage blanc nature</p>	<p>Porc</p> <p><b>Purée de petits pois</b></p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée d'épinards</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Petit suisse nature</p>	<p>Bœuf</p> <p><b>Purée d'aubergines</b></p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruit</p>
--	--	---	---	---

## Moyens


<p>Dinde</p> <p><b>Haricots verts à l'origan</b></p> <p><b>Patates douces</b></p> <p> <b>Pont l'évêque à la coupe</b></p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Taboulé</p> <p><b>Concombres</b></p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Purée de fruit</p>	<p>Porc</p> <p><b>Ratatouille</b></p> <p>Blé</p> <p>Yaourt nature</p> <p>Pastèque</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Epinards mornay</b></p> <p>Coquillettes</p> <p> <b>Cantal</b></p> <p><b>Tarte Nociolata Maison</b></p>	<p>Bœuf</p> <p>Purée d'aubergines</p> <p><b>Gnocchis</b></p> <p>Petit moulé</p> <p>Fruit de saison</p>
---	---	---	---	--


## Grands


<p>Salade pennes au pesto</p> <p> <b>Emincé de dinde basquaise</b></p> <p><b>Haricots verts à l'origan</b></p> <p> <b>Pont l'évêque à la coupe</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p> <b>Melon</b></p> <p>Thon</p> <p>Taboulé</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p><b>Purée de fruit</b></p>	<p>Salade de pommes de terre marco polo</p> <p>Rôti de porc</p> <p><b>Ratatouille</b></p> <p>Yaourt nature</p> <p><b>Pastèque</b></p>	<p><b>Tomates vinaigrette</b></p> <p>Merlu sauce ciboulette</p> <p>Coquillettes</p> <p> <b>Cantal</b></p> <p><b>Tarte Nociolata Maison</b></p>	<p><b>Maïs - crudités</b></p> <p><b>Moussaka maison</b></p> <p>Petit moulé</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>
--	---	---	---	--


**NOS APPROVISIONNEMENTS**


**0% de nitrites**


 Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie / Rhône-Alpes).

 Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.


 Nos huiles végétales sont variées (olive, tournesol, colza) pour un meilleur apport nutritionnel.


 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 légumes frais sont 100% locaux en pleine saison, ou a minima d'origine France.

Tous nos légumes BIO sont a-minima d'origine France (sauf champignons).

 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.

 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.