

Lundi 5 Octobre

Mardi 6 Octobre

Mercredi 7 Octobre


Jeudi 8 Octobre

Vendredi 9 Octobre


## Bébés

<p>Veau haché</p> <p><b>Purée de potiron</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Petit suisse nature</p>	<p>Bœuf haché</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><b>Purée de fruits maison</b></p>	<p>Filet de colin</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>Yaourt nature</p>	<p><b>Œufs durs</b></p> <p><b>Purée d'épinards</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée de brocolis</b></p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Fromage blanc nature</p>
---	---	---	---	--

## Moyens

<p>Veau haché</p> <p><b>Carottes vichy</b></p> <p>Gnocchis</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Bœuf haché</p> <p>Coquillettes</p> <p><b>Ratatouille</b></p> <p>Fromage fouetté</p> <p><b>Purée de fruits maison</b></p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Haricots verts persillés</b></p> <p>Polenta</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Œufs durs</b></p> <p><b>Moulinés d'épinards</b></p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Petit suisse nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Filet de colin</p> <p>Semoule</p> <p><b>Brocolis à la crème</b></p> <p>Cotentin</p> <p>Fruit de saison</p>
---	---	--	---	---

## Grands

<p>Salade de lentilles</p> <p>Emincé de veau financière</p> <p>Carottes vichy</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p>Courgettes râpées</p> <p>Lasagnes bolognaise</p> <p>Fromage fouetté</p> <p><b>Purée de fruits maison</b></p>	<p>Salade de blé méditerranéenne</p> <p>Rôti de dinde</p> <p>Haricots beurres persillés</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p> <b>Œufs durs</b></p> <p>Moulinés d'épinards</p> <p>Petit suisse nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Clafoutis aux brocolis maison</b></p> <p>Merlu sauce provençale</p> <p>Semoule</p> <p>Cotentin</p> <p>Fruit de saison</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.

Lundi 12 Octobre

Mardi 13 Octobre

Mercredi 14 Octobre

Jeudi 15 Octobre

Vendredi 16 Octobre

## Bébés

<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>Purée de fruits</p>	<p>Escalope de poulet</p> <p><b>Purée de panais</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Yaourt nature</p>	<p><b>Œuf dur</b></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>	<p>Bœuf haché</p> <p><b>Purée de haricots verts</b></p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Fromage blanc nature</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Purée de brocolis</b></p> <p>Floraline</p> <p><b>Purée de carottes complément</b></p> <p>Purée de fruits</p>
---	--	--	--	--

## Moyens

<p>Filet de colin</p> <p>Coquillettes</p> <p><b>Potiron à l'huile d'olive</b></p> <p>Cabrette</p> <p>Purée de fruits</p>	<p>Escalope de poulet</p> <p> <b>Riz</b></p> <p><b>Panais à la crème</b></p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p><b>Œuf dur</b></p> <p><b>Poêlée de légumes</b></p> <p>Blé</p> <p>Purée de fruits</p> <p><b>Tapioca à la vanille Maison</b></p>	<p>Bœuf haché</p> <p><b>Purée de patates douces</b></p> <p><b>Carottes</b></p> <p>Fromage blanc nature (seau)</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Filet de colin</p> <p><b>Choux fleur à la crème</b></p> <p>Pommes de terre à l'anglaise</p> <p>Gouda</p> <p><b>Pudding aux pommes Maison</b></p>
--	--	---	--	---

## Grands

<b>LA SEMAINE DU GOÛT - LE TOUR DU MONDE DES MENUS</b>				
<p>EGYPTE</p> <p>Salada balati et dès de brebis (concombres, tomates, salade verte)</p> <p> <b>Kochary</b></p> <p>(plat complet à base de coquillettes, lentilles et pois chiches en sauce tomate)</p> <p>Purée de fruits</p>	<p>INDE</p> <p>Salade de carottes au cumin</p> <p>Poulet Massala</p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Yaourt nature</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>ASIE</p> <p>Kouki</p> <p>Lamelles d'encornets au curcuma</p> <p>Poêlée de légumes</p> <p>Purée de fruits</p> <p><b>Tapioca à la vanille Maison</b></p>	<p>ETAT UNIS</p> <p>Cœur de palmier</p> <p>Hamburger maison (Pain burger, steak haché, tranche d'emmental)</p> <p>Frites</p> <p>Fromage blanc nature (seau)</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>ANGLETERRE</p> <p>Coleslaw</p> <p>Filet de cabillaud sauce maître d'hôtel</p> <p>Chou romanesco</p> <p>Gouda</p> <p><b>Pudding aux pommes Maison</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 pâtes** : 95% sont produites en France, les labélisées **Bio** sont produites par des entreprises régionales (Vaucluse et Rhône-Alpes).



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



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



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



**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 19 Octobre

Mardi 20 Octobre

Mercredi 21 Octobre

Jeudi 22 Octobre

Vendredi 23 Octobre

## Bébés

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

## Moyens

Bœuf haché Polenta <b>Topinambours mornay</b> Fromy Fruit de saison	<b>Œuf dur</b> <b>Courgettes à l'huile d'olive</b> Gnocchis Edam Fruit de saison	Filet de colin Purée de pommes de terre <b>Petits pois</b> Bûche de chèvre à la coupe Purée de fruits	Escalope de poulet <b>Brocolis mornay</b> <b>Riz</b> Yaourt nature Purée de fruits	Filet de colin Tortis <b>Mouliné d'épinards</b> <b>Saint Marcellin à la coupe</b> Fruit de saison
---	--	---	--	---

## Grands

Potage de légumes Raviolis de bœuf sauce tomate Fromy Fruit de saison	<b>Taboulé</b> <b>Omelette</b> Courgettes à l'huile d'olive Edam Fruit de saison	Concombres Emincé de bœuf parisien Purée de pommes de terre Bûche de chèvre à la coupe Purée de fruits	Maïs-crudités Rôti de dinde à l'échalote Brocolis mornay Yaourt nature Purée de fruits	Carottes râpées Filet de hoki sauce bonne femme Tortis <b>Saint Marcellin à la coupe</b> Fruit de saison
---	--	--	--	--

**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.
- 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.



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 26 Octobre

Mardi 27 Octobre

Mercredi 28 Octobre


Jeudi 29 Octobre

Vendredi 30 Octobre



## Bébés

Porc haché <b>Purée de haricots verts</b> Floraline <b>Purée de carottes complément</b> Purée de fruits	Bœuf haché <b>Purée de brocolis</b> Purée de pommes de terre <b>Purée de carottes complément</b> Pefit suisse nature	Filet de colin <b>Purée d'épinards</b> <b>Purée de patates douces</b> <b>Purée de carottes complément</b> Purée de fruits	<b>Cœuf dur</b> <b>Purée de panais</b> Floraline <b>Purée de carottes complément</b> Fromage blanc nature	Filet de colin <b>Purée de potiron</b> Purée de pommes de terre <b>Purée de carottes complément</b> Purée de fruits
---	--	---	---	---


## Moyens


Porc haché <b>Haricots verts</b> Boulgour Emmental à la coupe Fruit de saison	Bœuf haché Pommes de terre vapeurs <b>Choux fleur à l'huile d'olive</b> Cotentin Fruit de saison	Filet de colin <b>Carottes persillées</b> Polenta Yaourt nature Fruit de saison	<b>Cœuf dur</b>  <b>Riz</b> <b>Poêlée de légumes</b> Camembert à la coupe Purée de fruits	Filet de colin <b>Purée de potiron</b> Coquillettes Saint Paulin Fruit de saison
---	--	---	--	--


## Grands


Salade de lentilles Emincé de porc basquaise Haricots verts Emmental à la coupe Fruit de saison	Potage de légumes Bœuf gardian Pommes de terre vapeurs Cotentin Fruit de saison	Taboulé Escalope de poulet à la moutarde Carottes persillées Yaourt nature Fruit de saison	Radis croque sel Boulettes de bœuf sauce forestière  <b>Riz</b> Camembert à la coupe Purée de fruits	 Salade de betteraves et dès de brebis Parmentier de merlu à la purée de potiron Fruit de saison
---	---	--	---	--


**NOS APPROVISIONNEMENTS**  
0% de nitrites

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


 **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.

 **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.