

Lundi 04 Octobre	Mardi 05 Octobre	Mercredi 06 Octobre	Jeudi 07 Octobre	Vendredi 08 Octobre
<p>V Crêpe au fromage</p> <p>Quenelles sauce tomate</p> <p>Haricots verts</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Dahl au bœuf et lentilles</p> <p>Riz</p> <p>Liégeois au chocolat</p>	<p>Taboulé</p> <p>Tortilla de pommes de terre</p> <p>Courgettes à l'huile d'olive</p> <p>V Fruit de saison</p>	<p>Rosette</p> <p>Lasagnes à la bolognaise Maison</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade de tomates et maïs</p> <p>Filet de merlu sauce aurore</p> <p>Carottes à l'huile d'olive</p> <p>Gâteau à la noix de coco Maison</p>
Goûter				
<p><i>Jus d'ananas</i></p> <p><i>Gaufre</i></p> <p><i>Yaourt sucré</i></p>				
Lundi 11 Octobre	Mardi 12 Octobre	Mercredi 13 Octobre	Jeudi 14 Octobre	Vendredi 15 Octobre
<p>LA SEMAINE DU GOÛT : A la découverte des épices</p>				
<p>Salade de maïs et betteraves</p> <p>Sauté de poulet à la vanille</p> <p>Riz aux petits légumes</p> <p>Pomme au four à la cannelle</p>	<p>Courgettes râpées</p> <p>Tajine de pois chiches au potiron</p> <p>V et sa semoule</p> <p>Pain d'épices</p>	<p>Salade de pommes de terre, haricots verts et fèves au cumin</p> <p>Parmentier de patates douces</p> <p>au paprika</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Tapenade sur toast</p> <p>Curry rouge d'émincé de bœuf aux lentilles corails et au lait de coco</p> <p>et aux carottes</p> <p>Gâteau au cacao et piment d'Espelette Maison</p>	<p>Salade verte et sa vinaigrette au curcuma</p> <p>Tagliatelles aux fruits de mer et colin sauce safranée</p> <p>(Moules, crevettes et colin)</p> <p>Crème dessert à la vanille</p>
Goûter				
<p><i>Jus multivitaminés</i></p> <p><i>Goûter REM</i></p> <p><i>Purée de fruits</i></p>				
Lundi 18 Octobre	Mardi 19 Octobre	Mercredi 20 Octobre	Jeudi 21 Octobre	Vendredi 22 Octobre
<p>Falafels</p> <p>Œufs durs</p> <p>V Epinards à la crème</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Poulet rôti</p> <p>Potatoes</p> <p>Compote de poires</p>	<p>Salade de boulgour aux crudités</p> <p>Rôti de porc</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Coleslaw mayonnaise</p> <p>Ragoût d'émincé de veau et d'haricots blancs</p> <p>Carottes sautées</p> <p>Crème dessert au chocolat</p>	<p>Cake à l'emmental Maison</p> <p>Poisson pané et citron</p> <p>Brocolis sautés</p> <p>Fruit de saison</p>
Goûter				
<p><i>Jus d'oranges</i></p> <p><i>Pain - Emmental</i></p> <p><i>Purée de fruits</i></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.

Découverte des épices !

LES 13 ET 15 OCTOBRE DÈS 18H
 Participez au jeu quizz
 SUR LA PAGE FACEBOOK
 @TERRESDECUISINE.FR



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.