LE MENU DE MON RESTAURANT

TERRES DE CUISINE — www.terresdecuisine.fr

SENIORS Cabriès

LUNDI 2 JANVIER	MARDI 3 JANVIER	MERCREDI 4 JANVIER	JEUDI 5 JANVIER	VENDREDI 6 JANVIER
CHEVRE CHAUD	CAROTTES RAPEE	SALADE VERTE	VELOUTE DE LEGUMES	SALADE GOURMANDE
HAUT DE CUISSE	STEACK DE VEAU	SAUTE DE BŒUF	GRATTIN DE COQUILLETTE A LA MOZZA	PARMENTIER DE POTIRON ET MERLU
RIZ / COURGETTES	POMMES NOISETTES HARICOTS	CAROTTES / LENTILLES		LENTILLES
FROMAGE	FROMAGE	EMMENTAL	FROMAGE	FROMAGE
YAOURT NATURE	COMPOTE	FRUIT	FRUIT	FRANGIPANE
LUNDI 9 JANVIER	**MARDI 10 JANVIER**	**MERCREDI 11 JANVIER**	**JEUDI 12 JANVIER**	**VENDREDI 13 JANVIER**
HARICOT VERT SALADE	CREPES AU FROMAGE	PIZZA	POTAGE	
SAUTE DE VEAU	ESCALOPE DE DINDE	PATES BOLO	BOULETTES SAUCE TOMATE	MOULES / FRITES
POLENTA	RIZ / COURGETTES		PATATOES	
EMMENTAL	FROMAGE	FROMAGE		FROMAGE FOUETTE
FRUIT	FLAN CHOCOLAT	GATEAU CITRON	YAOURT	FRUIT
LUNDI 16 JANVIER	**MARDI 17 JANVIER**	**MERCREDI 18 JANVIER**	**JEUDI 19 JANVIER**	**VENDREDI 20 JANVIER**
JAMBON BEURRE	CRUDITEES COMPOSEES	FEUILLETE FROMAGE	SALADE VERTE	
ROTI DE PORC	BOLOGNAISE	STEAK HACHE	SAUCISSE DE TOULOUSE	COUSCOUS DE POISSON ET SES LEGUMES
PUREE DE PATATE DOUCE	MACARONIS	PETITS POIS / CAROTTES	TRUFFADE	
YAOURT NATURE	GATEAU AU MARRON	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT	FROMAGE	FRUIT	ANNIVERSAIRE	FRUIT
LUNDI 23 JANVIER	**MARDI 24 JANVIER**	**MERCREDI 25 JANVIER**	**JEUDI 26 JANVIER**	**VENDREDI 27 JANVIER**
NEMS DE LEGUMES	COESLOW DE CAROTTES			FILET DE COLIN
RIZ A LA CHINOISE	POTEE DE BŒUF AUX FLAGEOLETS	PENNES A LA CARBO	CASSOULET	CHOUX FLEUR
SAUTE DE POULET AU SATE	POLENTA			SEMOULE
FROMAGE	COMPOTE	FROMAGE	FROMAGE	YAOURT SUCRE
BEIGNET AUX POMMES	FROMAGE	FRUIT	LIEGEOIS A LA VANILLE	FRUIT
LUNDI 30 JANVIER	**MARDI 31 JANVIER**	**MERCREDI 1er FEVRIER**	**JEUDI 2 FEVRIER**	**VENDREDI 3 FEVRIER**
QUICHE AU FROMAGE	PATE DE CAMPAGNE	FEUILLETE SAUCISSE	SALADE VERTE	SALADE D'HARICOT VERT
STEACK DE VEAU FORESTIER		ROTI DE PORC	SAUTE DE VEAU	TORTILLAS POMMES DE TERRE
CAROTTES / BLE	LASAGNES LEGUMES ET EPINARDS	PUREE DE POTIRON ET PATATES DOUCE	RIZ	BROCOLIS A LA CREME
FROMAGE	FRUIT	BUCHE DE CHEVRE	FROMAGE	FROMAGE
FROMAGE BLANC CONFITURE DE FRAISE	FROMAGE	FRUIT	CREPES	FRUIT
LUNDI 6 FEVRIER	**MARDI 7 FEVRIER**	**MERCREDI 8 FEVRIER**	**JEUDI 9 FEVRIER**	**VENDREDI 10 FEVRIER**
JAMBON CUIT	CAROTTES RAPEE	PIZZA	SALADE VERTE	
QUENELLES AUX EPINARD	SAUTE DE BŒUF	PENNES CARBO		
SEMOULE	PENNES		TARTIFLETTE	AIOLI
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT	FRUIT	LIEGEOIS VANILLE	COMPOTE	FRUIT

LUNDI 27 FEVRIER	MARDI 28 FEVRIER	MERCREDI 1er MARS	JEUDI 2 MARS	VENDREDI 3 MARS
CREPE AU FROMAGE	SALADE D ENDIVE	SALADE DE RIZ		MOULES GRATINEES
STEACK HACHE	SAUTE DE BŒUF	SAUTE DE POULET		BLANQUETTE DE COLIN
HARICOT VERT	CAROTTES / PUREE	CHOUX FLEUR	COUSCOUS	BLE
RIZ				
FROMAGE	FROMAGE	COULOUMIER	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT	FLAN AU CARAMEL	FLAN VANILLE	ANNIVERSAIRE	FRUIT
LUNDI 6 MARS	**MARDI 7 MARS**	**MERCREDI 8 MARS**	**JEUDI 9 MARS**	**VENDREDI 10 MARS**
SALADE DE CHOUX		SALADE COMPOSEE	SALADE VERTE	SARDINES AU BEURRE
		CUISSES DE POULET	ROTI DE VEAU	
CHILI CON CARNE	CHOUCROUTE	PUREE	GRATIN DAUPHINOIS	COQUILLETTES AU THON
FROMAGE		YAOURT NATURE	FROMAGE	
MOUSSE AU CHOCOLAT	FRUIT	FRUIT	FRUIT / PAIN PERDU	FROMAGE BLANC ET CONFITURE
LUNDI 13 MARS	**MARDI 14 MARS**	**MERCREDI 15 MARS**	**JEUDI 16 MARS**	**VENDREDI 17 MARS**
CHARCUTERIE	SALADE VERTE	VELOUTE DE LEGUMES	SAMOUSSAS	
QUENELLES	SAUTE DE BŒUF		CURRY DE DINDE	MOULES FRITES
HARICOTS VERT / RIZ	CAROTTES / PUREE	HACHI PARMENTIER	PATES	
FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT	FLAN AU CARAMEL	FRUIT	YAOURT	FRUIT
LUNDI 20 MARS	**MARDI 21 MARS**	**MERCREDI 22 MARS**	**JEUDI 23 MARS**	**VENDREDI 24 MARS**
SALADE DE POIS CHICHE	SALADE VERTE	ŒUFS MIMOSAS	BOUILLON VERMICELLE	BEIGNETS DE COURGETTES
SAUTE DE DINDE	OMELETTE	BOLOGNAISE		SAUMON HUILE OLIVE CITRON
GALETTES DE LEGUMES	EPINARD / SEMOULE	SPAGUETTIS	POT AU FEU ET SES LEGUMES	HARICOTS VERT / RIZ
FROMAGE	FROMAGE BLANC ET MIEL	FROMAGE	FROMAGE	FROMAGE
FRUIT	FRUIT	MOUSSE AU CHOCOLAT	PUREE DE BANANE	DESSERT VANILLE
LUNDI 27 MARS	**MARDI 28 MARS**	**MERCREDI 29 MARS**	**JEUDI 30 MARS**	**VENDREDI 31 MARS**
SALADE DE CONCOMBRES	PATE DE FOIE	AVOCATS MAYO	SALADE VERTE	FEUILLETE AU FROMAGE
POULET RÔTI		FARCIS MAISON	ROTI DE VEAU	TRUITES MEUNIERES
HARICOTS VERT PUREE DE PATATES DOUCE	MOUSSAKA	BOULGOUR	POMMES RISSOLEES	RIZ PILAF
FROMAGE	FROMAGE	CARRE PRESIDENT		FROMAGE
LIEGEOIS	FRUIT	FRUIT	YAOURT AUX FRUITS	FRUIT

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

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.

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.