

Lundi 4 Octobre	Mardi 5 Octobre	Jeudi 7 Octobre	Vendredi 8 Octobre
<p>Taboulé</p> <p>Cordon bleu</p> <p>Nuggets de blé</p> <p>Haricots verts persillés</p> <p>Yaourt aromatisé  </p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Duo de choux en mayonnaise</p> <p>Filet de merlu sauce aurore</p> <p><i>Curry de pois chiches</i></p> <p> Riz</p> <p> Fourmette </p> <p>Flan vanille</p>	<p>Rosette</p> <p><i>Batônnets de mozzarella</i></p> <p>Lasagnes à la bolognaise</p> <p><i>Raviolis emmental</i></p> <p><i>sauce tomate</i></p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Compote de pommes</p>	<p>Tomates en salade</p> <p>Tortillas de pommes de terre</p> <p> Carottes à l'huile d'olive</p> <p>Petit moulé nature</p> <p>Cake aux pépites de chocolat</p>
Lundi 11 Octobre	Mardi 12 Octobre	Jeudi 14 Octobre	Vendredi 15 Octobre
<p> LA SEMAINE DU GOÛT : A la découverte des épices </p>			
<p>Tapenade sur toast</p> <p>Poulet à la vanille</p> <p><i>Pané de blé-épinards sauce tomate</i></p> <p> Riz aux petits légumes</p> <p>Gouda</p> <p>Pomme cuite à la cannelle</p>	<p> Carottes râpées à l'orange</p> <p>Tajine de pois chiches aux potirons</p> <p>et sa semoule</p> <p>Pain d'épices</p> <p>Ramequin de fromage blanc et sucre</p>	<p>Salade de maïs et betteraves</p> <p>Curry rouge de bœuf à la coco</p> <p><i>Omelette</i></p> <p>Courgettes à l'huile d'olives</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Gâteau à la fèves de Tonka Maison</p>	<p>Salade verte iceberg et sa vinaigrette au curcuma</p> <p>Mitonné de la mer sauce safranée</p> <p><i>Boulettes de soja sauce curry</i></p> <p>Spaghettis</p> <p> Pavé de Lozère </p> <p>Crème renversée</p>

NOS APPROVISIONNEMENTS

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble des composantes

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

Nos charcuteries sont 100% françaises.

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

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

Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède

Produits laitiers:

- 2 yaourts de fournisseurs locaux (Lozère) par mois,
- 1 fromage à la coupe d'un fournisseur local par semaine.

 **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 Bio à 100%** et 80% fabriquées dans le Vaucluse, à base de fruits provenant de vergers locaux. **20% proviennent du Gard,** fabriquées à base de la **pomme reinette du Vigan.**

Découverte des épices !

LES 13 ET 15 OCTOBRE DÈS 18H








Participez au jeu quizz

SUR LA PAGE FACEBOOK

@TERRESDECUISINE.FR 

 **LA SEMAINE DU GOÛT**

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

Lundi 18 Octobre	Mardi 19 Octobre	Jeudi 21 Octobre	Vendredi 22 Octobre
<p>Salade de blé parisienne</p> <p>V Œufs durs</p> <p>Mouliné d'épinards et croûtons</p> <p>Crème anglaise</p> <p>Madeleine</p>	<p>Concombres vinaigrette</p> <p>Saucisse de Toulouse</p> <p><i>Galette de soja</i></p> <p>Lentilles</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Compote de pommes Cevennes</p>	<p>Coleslaw mayonnaise</p> <p>Emincé de veau basquaise</p> <p><i>Omelette</i></p> <p> Pommes de terre </p> <p> Picharon </p> <p> Yaourt sucré </p>	<p>Cake à l'emmental Maison</p> <p>Poisson pané et citron</p> <p><i>Pané fromager</i></p> <p> Purée de potirons</p> <p>Cotentin</p> <p>Fruit de saison</p>

NOS APPROVISIONNEMENTS

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble des composantes

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

 **Nos charcuteries sont 100% françaises.**

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

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

 **Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède**

Produits laitiers:

- 2 yaourts de fournisseurs locaux (Lozère) par mois,
- 1 fromage à la coupe d'un fournisseur local par semaine.

 **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 Bio à 100%** et 80% fabriquées dans le Vaucluse, à base de fruits provenant de vergers locaux. **20% proviennent du Gard,** fabriquées à base de la **pomme reinette du Vigan.**

Cake maison à l'emmental

Découvrez la recette sur **L'APPLICATION TERRES DE CUISINE**



 **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.