


**LE MENU DE MON RESTAURANT**
Le Tholonet  
 www.terresdecuisine.fr

Jeudi 2 Septembre		Vendredi 3 Septembre		
		 Raviolis  à l'aubergine Camembert à la coupe Compote	Concombres vinaigrette Marmite du pêcheur  Riz Choux fleurs à l'huile d'olive Flan chocolat	
Lundi 6 Septembre		Mardi 7 Septembre		
 Falafels Ratatouille - Pennes  Chaource à la coupe  Fruit de saison	 Melon <b>Emincé de dinde mexicain</b> Pommes de terre rissolées <b>Brocolis persillés</b> Liégeois vanille	Jeudi 9 Septembre		
		Salade verte Rôti de boeuf et ketchup Macaronis <b>Mouliné d'épinards</b> Crème dessert caramel	Vendredi 10 Septembre	
			Colin sauce citron <b>Haricots verts persillés</b> Blé Emmental à la coupe <b>Gâteau au cacao Maison</b>	

**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 (Vauduse 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.

**Gâteau maison AU CACAO**  
 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.

Lundi 13 Septembre	Mardi 14 Septembre	Jeudi 16 Septembre	Vendredi 17 Septembre
<p><b>Mélange de crudités</b> (carottes, salade, maïs)</p> <p> <b>Jambon blanc</b></p> <p>Purée de pommes de terre <b>Panais mornay</b></p> <p>Ramequin de fromage blanc et sucre</p>	<p>Emincé d'agneau à l'indienne</p> <p><b>Carottes persillées</b>  <b>Riz</b></p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p> <b>Fruit de saison</b></p>	<p>Merlu sauce paprika</p> <p>Semoule <b>Aubergines à la provençale</b></p> <p> <b>Pont l'évêque à la coupe</b> <b>Compote</b></p>	<p> Mousse de pois chiches sur toast <b>Omelette</b></p> <p><b>Courgettes au fromage frais</b> <b>Patates douces</b></p> <p> <b>Fruit de saison</b></p>
Lundi 20 Septembre	Mardi 21 Septembre	Jeudi 23 Septembre	Vendredi 24 Septembre
<p> <b>LA SEMAINE DU DÉVELOPPEMENT DURABLE : "Agissons aujourd'hui pour demain"</b> </p>			
<p>Emincé de bœuf à la parisienne</p> <p>Pommes noisette <b>Haricots verts</b>  <b>Saint Marcellin à la coupe</b>  <b>Fruit de saison</b></p>	<p> <b>Salade verte</b></p> <p>Chili de haricots rouges</p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Flan caramel</p>	<p> <b>Betteraves</b></p> <p> <b>Hachis parmentier de bœuf à la pomme de terre vitelotte</b></p> <p><b>Gâteau aux myrtilles Maison</b></p>	<p>Beignets de calamars</p> <p><b>Choux fleurs à la crème</b> Coquillettes  <b>Ossau iraty à la coupe</b></p> <p>Yaourt fraise Duo Lozère (seau)</p>
Lundi 27 Septembre	Mardi 28 Septembre	Jeudi 30 Septembre	Vendredi 1er Octobre
<p>Boulettes de bœuf sauce méridionale</p> <p>Blé aux petits légumes</p> <p> <b>Pont l'évêque à la coupe</b> Mousse au chocolat</p>	<p> <b>Poulet rôti</b></p> <p><b>Purée de panais</b></p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p> <b>Fruit de saison</b></p>	<p><b>Quiche aux poireaux Maison</b></p> <p>Emincé de porc basquaise</p> <p><b>Petits pois</b> <b>Patates douces</b></p> <p> <b>Fruit de saison</b></p>	<p> <b>Mélange de crudités</b> (salade, concombres et tomates)</p> <p>Bolognaise de lentilles</p> <p>Macaronis</p> <p>Ramequin de fromage blanc et sucre</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.

**Développement Durable**  
Du 20 au 26 septembre  
Suivez nous sur  
L'APPLICATION  
TERRES DE CUISINE