



TERRES DE CUISINE

LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Tholonet

Lundi 3 Janvier

Mardi 4 Janvier

Jeudi 6 Janvier

Vendredi 7 Janvier



Pizza au fromage

Omelette

Moulinés d'épinards et croûtons

- riz



Fruit de saison



Coleslaw de céleri en mayonnaise



Jambon blanc

Purée de pommes de terre

- poêlée de légumes

Flan chocolat

Emincé d'agneau basquaise

Galettes de légumes

Coulommiers à la coupe



Galette des Rois

Filet de merlu sauce citron

Coquillettes

- Brocolis persillés

Saint Marcellin

à la coupe



Fruit de saison



Lundi 10 Janvier

Mardi 11 Janvier

Jeudi 13 Janvier

Vendredi 14 Janvier

Couscous de boulettes de bœuf

et ses légumes

Emmental à la coupe

Compote



Escalope de poulet sauce forestière

Spaghettis

- Potirons à la crème

Camembert à la coupe

Fruit de saison



Cake au potiron Maison

Rôti de porc aux olives

Pommes de terre boulangère

- topinambours à la crème

Fruit de saison



Salade verte


Chili de haricots rouges



Riz

Ramequin de fromage blanc et sucre

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.

Cake Maison

AU POTIRON

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.



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Tholonet

Lundi 17 Janvier	Mardi 18 Janvier	Jeudi 20 Janvier	Vendredi 21 Janvier
<p>Gardianne de taureau Gratin de pommes de terre - Panais à la milanaise Pont l'évêque à la coupe Compote</p> 	<p>V</p> <p>Lasagnes aux épinards Fourme d'Ambert à la coupe Fruit de saison </p> 	<p>Salade de coquillettes parisiennes Paupiette de veau Brocolis en gratin - Riz</p>  <p>Fruit de saison </p>	 <p>Carottes râpées Jaune et orange Beignets de calamars Epi de maïs grillé</p> <p>Flan pâtissier Maison</p>
Lundi 24 Janvier	Mardi 25 Janvier	Jeudi 27 Janvier	Vendredi 28 Janvier
<p>Salade verte Paleron de bœuf Petits pois - champignons - blé Semoule au lait</p>	<p>V</p> <p>Mitoné de haricots blancs  Riz Coulommiers à la coupe Fruit de saison </p>	<p>Hachis parmentier Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison </p>	<p>Taboulé d'hiver Bâtonnets de colin et citron Haricots verts persillés - Gnocchis Gâteau à la noix de coco Maison</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 à 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.

Hermione la licorne

MENU JAUNE
Découvrez le menu 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.