



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Ville de
Laudun
l'Ardoise

Lundi 8 Novembre

Mardi 9 Novembre

Jeudi 11 Novembre

Vendredi 12 Novembre



Œuf dur mayonnaise

Duo de penne et pois chiches

Potirons à l'huile d'olive

Cotentin

Fruit de saison

Carottes râpées

Emincé de veau financière

Gratin de pommes de terre

Gouda

Ramequin de fromage blanc
et sucre

ARMISTICE

Taboulé d'hiver

Dos de colin meunière et citron

Haricots verts persillés

Brie à la coupe

Cocktail de fruits au sirop

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.

Menu végétarien

Des menus riches en protéines
végétales, fibres et minéraux.



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 15 Novembre		Mardi 16 Novembre		Jeudi 18 Novembre		Vendredi 19 Novembre	
<p>Carottes râpées</p> <p>Carbonara</p> <p>Spaghettis</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>V</p> <p>Maïs-betteraves</p> <p>Parmentier de lentilles à la purée de potirons</p> <p>Emmental à la coupe</p> <p>Flan caramel</p>	<p>R</p> <p>Macédoine mayonnaise</p> <p>Poulet rôti</p> <p>Pommes noisette</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Bâtonnets de colin panés et citron</p> <p>Choux fleurs en gratin</p> <p>Vache picon</p> <p>Gâteau aux marrons Maison</p>				
Lundi 22 Novembre		Mardi 23 Novembre		Jeudi 25 Novembre		Vendredi 26 Novembre	
<p> LA SEMAINE DE LA RÉDUCTION DES DÉCHETS : "Tout le monde peut agir !" </p>							
<p>Salade de lentilles aux légumes</p> <p>Saumon sauce safranée</p> <p>Carottes à l'échalote</p> <p>Saint Nectaire à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Salade verte</p> <p>Tartiflette</p> <p>Ramequin de fromage blanc et Confiture de myrtilles (pot)</p>	<p>V</p> <p>Quiche aux endives Maison</p> <p>Raviolis au tofu sauce tomates</p> <p>Cantal à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Coleslaw mayonnaise</p> <p>Tajine de poulet</p> <p>Purée de panais</p> <p>Tomme noire</p> <p>Mousse au chocolat</p>				
Lundi 29 Novembre		Mardi 30 Novembre		Jeudi 2 Décembre		Vendredi 3 Décembre	
<p>V</p> <p>Carottes râpées</p> <p>Mitonné de haricots blancs</p> <p>Riz</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Compote</p>	<p>Taboulé d'hiver</p> <p>Emincé de bœuf au curry</p> <p>Brocolis à l'huile d'olive</p> <p>Camembert à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p> menu ORANGE</p> <p>Mousse de pois chiches au curcuma sur toast</p> <p>Sauté de porc à l'orange</p> <p>Butternut à l'huile d'olive</p> <p>Mimolette</p> <p>Pan cake et confiture d'abricots (pot)</p>	<p>Mélange de crudités (salade verte, chou rouge et maïs)</p> <p>Bolognaise de thon</p> <p>Coquillettes</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit de saison</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.

Semaine européenne de la réduction des déchets



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.