LE MENU DE MON RESTAURANT

TERRES DE CUISINE

www.terresdecuisine.fr

Caumont sur

Lundi 2 Décembre	Mardi 3 Décembre	Jeudi 5 Décembre	Vendredi 6 Décembre
Tortillas de pommes de terre **Poêlée de légumes** (bio) Bleu à la coupe Crème dessert vanille	**Couscous de boulettes de bœuf** *Couscous de poisson* (bio) **et ses légumes** **Saint Paulin à la coupe** **Fruit de saison**	**Salade de verte** (bio) et aux dés de gouda Steak haché *Chili de haricots rouges* **Pommes de terre rissolées** (bio) Liégeois au chocolat	**Quiche aux poireaux maison** Pépites de colin pané aux céréales **Carottes persillées** (bio) **Fruit de saison** (bio)
Lundi 9 Décembre	**Mardi 10 Décembre**	**Jeudi 12 Décembre**	**Vendredi 13 Décembre**
Salade verte (bio) Tartiflette *Filet meunière et purée* **Compote** (bio)	**Omelette** (bio) **Purée de potiron** **Tomme à la coupe** **Fruit de saison**	Rôti de veau au jus *Merlu à l'échalote* Galettes de légumes Saint Félicien à la coupe **Fruit de saison** (bio)	**Coleslaw** (bio) **Bolognaise de soja** (bio) Riz **Gâteau au citron maison**

NOS APPROVISIONNEMENTS

Nos Viandes :
100% de nos viandes en morceaux sont françaises
- Bœuf
- Veau
- Porc

} Occitanie - Rhône-Alpes

Nos féculents :
- Raviolis BIO du Vaucluse
- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
- Pâtes Torti BIO de Savoie

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble de nos composantes.

Nos poissons issus de la pêche durable :
- Colin (brochette, cube, cœur, filet)
- Merlu (cœur, portion)
- Cabillaud
- Hoki (filet)
- Limande

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.

Les légumes issus de l'agriculture durable : (a minima)
- Haricots verts
- Épinards
- Haricots beurre
- Petits pois

Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés
Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont : carotte, courgette, potiron, courge, potimarron…

Nos compotes sont fabriquées localement (Vaucluse);
à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux

L'ACTUALITE DU MOIS

TARTE AUX POIREAUX

Ingrédients :
- 40gr d'emmental râpé
- 160 gr de crème fraiche
- 160g de lait
- 2 œufs
- 250gr de poireaux
- 3gr de sel
- 1gr de muscade
- 1 pâte à tarte

Recette
1. Démarrer le four à 160°C
2. Faire revenir les poireaux dans du beurre
3. Mélanger le lait, la crème, les œufs, le sel et la muscade.
1. Mettre le mélange dans le fond de tarte
2. Puis les poireaux et le râpée
3. Cuire 45 minutes

(bio) Produit issu de l'agriculture biologique — Indication géographique protégée — Appellation d'origine protégée

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.

LE MENU DE MON RESTAURANT

TERRES DE CUISINE

www.terresdecuisine.fr

Caumont sur

Lundi 16 Décembre	Mardi 17 Décembre	Jeudi 19 Décembre	Vendredi 20 Décembre
Cappelletis au fromage et épinards sauce tomate Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	Carottes râpées Saucisse de Toulouse *Merlu sauce aneth* Lentilles Yaourt aromatisé	NOËL Mijoté de dinde en robe d'hiver (marrons et champignons) *Hoki sauce normande* Pommes pin Sapin chocolat noir Chocolats de Noël et clémentine	Poisson pané et citron Haricots verts Munster à la coupe Compote

NOS APPROVISIONNEMENTS

Nos Viandes :
100% de nos viandes en morceaux sont françaises
- Bœuf
- Veau
- Porc

Occitanie - Rhône-Alpes

Nos féculents :
- Raviolis BIO du Vaucluse
- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
- Pâtes Torti BIO de Savoie

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble de nos composantes.

Nos poissons issus de la pêche durable :
- Colin (brochette, cube, cœur, filet)
- Merlu (cœur, portion)
- Cabillaud
- Hoki (filet)
- Limande

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.

Les légumes issus de l'agriculture durable : (a minima)
- Haricots verts
- Épinards
- Haricots beurre
- Petits pois

Les fruits et légumes frais, de saison et locaux sont privilégiés
Nos légumes frais, notamment en plats d'accompagnement, sont : carotte, courgette, potiron, courge, potimarron…

Nos compotes sont fabriquées localement (Vaucluse);
à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux

L'ACTUALITE DU MOIS — LABEL ROUGE

Le label Rouge est un label national, il garantit un produit de qualité supérieure.
À toutes les étapes de sa production et de son élaboration, le produit **Label Rouge** doit répondre aux exigences définies dans un **cahier des charges,** validé par l'Institut national de l'origine et de la qualité (INAO), un organisme indépendant.

Dans le cas des volailles : L'alimentation doit être constituée de 100% de végétaux dont minimum de 75% de céréales.
Elles sont élevées en plein air ou en liberté. L'espace est calculé et adapté en fonction des tailles et des espèces.
Pour une chair plus ferme et plus gouteuse, la durée d'élevage est plus longue.
La sécurité sanitaire est contrôlée à toutes les étapes de la production.

Produit issu de l'agriculture biologique — Indication géographique protégée — Appellation d'origine protégée

Information allergènes : présence possible de céréales contenant du gluten, de crustacés, d'œufs, de poissons, d'arachide, de soja, de lait et produits à base de lait, de fruits à coque, de céleri, de moutarde, de sésame, de l'anhydride sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.