



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Lundi 1er Mars	Mardi 2 Mars	Jeudi 4 Mars	Vendredi 5 Mars
Lundi 8 Mars	Mardi 9 Mars	Jeudi 11 Mars	Vendredi 12 Mars
Jus de Pomme	Maïs - betteraves	Coleslaw maison	Salade de haricots verts
Jus d'orange	Salade mexicaine	Pamplemousse	Céleri rémoulade
Couscous de boulettes de bœuf et ses légumes	Omelette	Rôti de veau	Coquiflette au saumon
Yaourt aromatisé	Gratin de carottes	Beignets de choux fleurs	Brie
Yaourt sucré	Crème dessert vanille	Rondelé	Tartare
Fruit de saison au choix	Crème anglaise	Camembert à la coupe	Fruit de saison au choix
	Navette	Crème dessert caramel	
		Flan caramel	
Lundi 15 Mars	Mardi 16 Mars	Jeudi 18 Mars	Vendredi 19 Mars
Salade de pommes de terre parisienne	Pâté de campagne	Salade de pousses d'épinards et pommes granny	Radis-Beurre
Salade de blé parisienne	Œuf dur mayonnaise	Parmentier de lentilles corail à la purée de carottes	Chou chinois
Cordon bleu	Spaghettis à la bolognaise	Saint Môret	Marmite du pêcheur
Brocolis mornay	Brebicrème		Semoule
Fripins	Gouda		Six de Savoie
Coulommiers à la coupe	Fruit de saison au choix	Gâteau de betteraves - chocolat Maison	Bûche de chèvre à la coupe
Fruit de saison au choix			Cocktail de fruits au sirop
			Ananas au sirop
Lundi 22 Mars	Mardi 23 Mars	Jeudi 25 Mars	Vendredi 26 Mars
Scarole	Salade de pennes andalouse	Salade de boulgour	Tapenade sur toast
Pamplemousse	Pois chiches en salade	Salade de pommes de terre marco polo	Cœur de palmier
Potée à la tarbaise (saucisse de Toulouse et haricots blancs à la tomate)	Filet de merlu sauce maître d'hôtel Poêlée de légumes Frais (pommes de terre, carottes, navet, poireaux, oignons)	Poulet rôti	Dahl de lentilles
Tomme blanche	Kiri	Haricots verts persillés	Riz
Fromage fouetté	Pont l'évêque à la coupe	Petit suisse aromatisé	Chantaillou
Flan vanille	Fruit de saison au choix	Petit suisse sucré	Emmental à la coupe
Liégeois vanille		Compote de pommes du Vigan (poche)	Fruit de saison au choix
Lundi 29 Mars	Mardi 30 Mars	Jeudi 1er Avril	Vendredi 2 Avril
Mélange de crudités et dés de brebis (salade, choux rouges, maïs)	Salade de farfalles aux légumes	Laitue	Salade de Maïs-thon
Feuilles d'épinards et dés de brebis	Taboulé	Coleslaw maison	Salade de lentilles à l'échalote
Emincé de bœuf mexicain	Wok de riz et pois chiches aux carottes	Emincé de porc sauce au miel	Bâtonnets de colin
Pommes noisettes	Boursin	Patates douces	Purée de légumes
	Bûche de chèvre à la coupe	Tartare	Fromage fouetté
Fromage blanc aromatisé	Fruit de saison au choix	Edam	Coulommiers à la coupe
Fromage blanc nature (seau) et sucre		Mousse au chocolat	Gâteau à la noix de coco Maison
		Crème dessert chocolat	

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 labellisées Bio sont produites par des entreprises régionales (Vaucluse et Rhône-Alpes).

100% de notre **Riz** est de Camargue, labellisé 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 priviligeons **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 sucre ajouté.

L'ACTUALITE DU MOIS

LES super-HEROS DE NOS ASSIETTES



Jeudi
Au dessert,
le gâteau de
betteraves chocolat
fait maison !

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 cuisiniés 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.