



# LE MENU DE MON RESTAURANT

[www.terresdecuisine.fr](http://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 Couscous de boulettes de bœuf et ses légumes Yaourt sucré Fruit de saison	<span style="color: yellow;">V</span> Maïs - betteraves Omelette Gratin de carottes Crème anglaise Navette	Coleslaw Rôti de veau Beignets de choux fleurs Camembert à la coupe Flan caramel	Salade de haricots verts Coquiflette au saumon Tartare Fruit de saison

**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, 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 privilégeons 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.

## RIZ DE CAMARGUE IGP Indication Géographique Protégée

Aux excellentes conditions naturelles pour la culture du riz vient s'ajouter la volonté de l'homme de préserver la Camargue classée « parc naturel ».



 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

Lundi 15 Mars	Mardi 16 Mars	Jeudi 18 Mars	Vendredi 19 Mars
Salade de pommes de terre parisienne Cordon bleu Brocolis mornay Coulommiers à la coupe Fruit de saison	Pâté de campagne Spaghettis à la bolognaise Gouda Fruit de saison	NOS SUPER HEROS Salade de pousses d'épinards et pommes granny Parmentier de lentilles corail à la purée de carottes Saint Môret Gâteau de betteraves - chocolat Maison	Radis-Beurre Marmite du pêcheur Semoule Bûche de chèvre à la coupe Ananas au sirop
Lundi 22 Mars	Mardi 23 Mars	Jeudi 25 Mars	Vendredi 26 Mars
Scarole Potée à la tarbaise (saucisse de Toulouse et haricots blancs à la tomate) Fromage fouetté Liégeois vanille	Salade de pennes andalouse Filet de merlu sauce maître d'hôtel Poêlée de légumes (pommes de terre, carottes, navets, poireaux, oignons) <b>Pont l'évêque à la coupe</b> Fruit de saison	Salade de boulgour Poulet rôti Haricots verts persillés Petit suisse sucré Compote de pommes du Vigan (poche)	Tapenade sur toast Dhal de lentilles <b>Riz</b> Emmental à la coupe Fruit de saison
Lundi 29 Mars	Mardi 30 Mars	Jeudi 1er Avril	Vendredi 2 Avril
Mélange de crudités et dés de brebis (salade, choux rouges, maïs) Emincé de bœuf mexcain Pommes noisettes Fromage blanc nature (seu) et sucre	<b>V</b> Salade de farfalle aux légumes Wok de riz et pois chiches aux carottes Bûche de chèvre à la coupe Fruit de saison	Laitue Emincé de porc sauce au miel <b>Patates douces</b> Edam Crème dessert chocolat	Salade de Maïs-thon Bâtonnets de colin Purée de légumes Coulommiers à la coupe <b>Gâteau à la noix de coco 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 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 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.

#### L'ACTUALITE DU MOIS

LES super-  
**HÉROS**  
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 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.