

Lundi 2 Novembre	Mardi 3 Novembre	Mercredi 4 Novembre	Judi 5 Novembre	Vendredi 6 Novembre	Samedi 7 Novembre	Dimanche 8 Novembre
Salade verte	Kouki	Salade de crudités (salade, choux rouge et maïs)	Haricots verts en salade	Salade de poulpes marinés	Carottes râpées	Endives vinaigrette
Rôti de porc à la sauge	Escalope de poulet sauce forestière	Emincé de bœuf à l'indienne	Colin sauce bourride	Ravioles Label Rouge	Jambon blanc	Sauté de veau marenco
Pommes de terre boulangère	Purée de carottes	Boulgour	Riz aux petits légumes	avec des épinards	Navets à la milanaise	Haricots blancs
Brocolis à la crème		Potirons à l'huile d'olives		<b>Saint Nectaire</b>	Gnocchis	Fenouil à la tomate
Gouda	Vache picon	Cabrette	Camembert		Pavé demi sel	Croix de Malte
Purée de fruits	Fruit de saison	Yaourt nature	Fruit de saison	Purée de fruits	Fruit de saison	Purée de fruits
Potage de pois cassés	Soupe à l'oignon	Potage de poireaux et pommes de terre	Velouté de panais	Potage de lentilles	Velouté de potirons	Potage de légumes
Petits suisses naturels	Faisselle	Fromage blanc nature	Petits suisses naturels	Yaourt nature	Fromage blanc nature	Yaourt nature
Lundi 9 Novembre	Mardi 10 Novembre	Mercredi 11 Novembre	Judi 12 Novembre	Vendredi 13 Novembre	Samedi 14 Novembre	Dimanche 15 Novembre
Mesclun	Duo de choux	<b>FÉRIÉ</b> Champignons à la grecque	Salade verte	Endives	Céleri vinaigrette	Macédoine de légumes
Poulet rôti	Couscous de boulettes de bœuf	Axoia de canard	Terrine de colin	Omelette maison	Bœuf braisé sauce au poivre	Saumonette à la crème
Poêlée d'hiver (champignons, haricots romano, pommes de terre)	et ses légumes	Ecrasé de pommes de terre	Lentilles	Carottes persillées	Polenta	Fondue de poireaux
Cotentin	Tomme blanche	Chou romanesco	Panais à la crème	Gnocchis	Blettes au jus	Gnocchis
Fruit de saison	Yaourt nature	<b>Cantal</b>	Emmental	Rondelé	Saint Paulin	Mimolette
		Purée de fruits	Fromage blanc nature	Fruit de saison	Fruit de saison	Faisselle
Velouté dubarry	Velouté de laitue	Potage de céleris	Velouté de petits pois	Soupe de poisson	Velouté d'épinards	Potage de julienne de légumes
Fromage blanc nature	Petits suisses naturels	Yaourt nature	Petits suisses naturels	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Petits suisses naturels



Bio : Produit issu de l'agriculture biologique



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge

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 16 Novembre	Mardi 17 Novembre	Mercredi 18 Novembre	Jeudi 19 Novembre	Vendredi 20 Novembre	Samedi 21 Novembre	Dimanche 22 Novembre
Céleris vinaigrette	Carottes râpées	Salade verte	Radis	Mesclun	Cœur de palmier mimosa	Kouki
Emincé de boeuf basquaise	Merlu sauce maître d'hôtel	Tortillas de pommes de terre	Rôti de porc à la moutarde	Blanquette de colin	Steak haché de porc	Cari de poulet
Pommes vapeurs	Purée de potiron	Choux fleur à la crème	Haricots verts	Coquillettes	Endives braisées	<b>Riz aux petits oignons</b>
<b>Topinambours à la crème</b>			Polenta	Epinards à la crème	Gnocchis	Haricots beurres
Tartare aux fines herbes	Edam	Gouda	Brie	Chantailou	Philadelphia	Fol Epi
Fruit de saison	Purée de fruits	Yaourt nature	Purée de fruits	Fruit de saison	Faisselle	Purée de fruits
Soupe au chou	Potage de poireaux et pommes de terre	Soupe de vermicelles	Potage de lentilles	Velouté de champignons	Soupe à l'oignons	Velouté de potirons
Yaourt nature	Fromage blanc nature	Petits suisses natures	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Petits suisses natures	Fromage blanc nature
Lundi 23 Novembre	Mardi 24 Novembre	Mercredi 25 Novembre	Jeudi 26 Novembre	Vendredi 27 Novembre	Samedi 28 Novembre	Dimanche 29 Novembre
Salade verte	Coleslaw	Endives	Betteraves vinaigrette	Taboulé	Choux rouge	Mélange farandole
Pot au feu et ses légumes	Axoa de bœuf	Sauté de dinde à l'échalote	Jambon blanc	Hoki sauce ciboulette	Omelette au fromage maison	Saumonette au basilic
	Macaronnis	Mouliné d'épinards	Purée de pommes de terre	Petits pois	Panais à la crème	Haricots blancs
Saint Paulin	Champignons persillés	Gnocchis	Carottes vichy	<b>Patates douces</b>	Pommes de terre à l'anglaise	Carottes à l'huile d'olive
Yaourt brassé Duo Lozère	Petit moulé ail et fines herbes	Fromage blanc nature	Tomme blanche	Bleu	Cantadou	<b>Saint Nectaire</b>
	Purée de fruits	Fruit de saison	Yaourt nature	Fruit de saison	Fruit de saison	Petits suisses natures
Velouté de brocolis	Soupe de poisson	Potage de julienne de légumes	Velouté de blettes	Velouté dubarry	Velouté de potiron	Velouté de champignons
Petits suisses natures	Yaourt nature	Faisselle	Fromage blanc nature	Petits suisses natures	Fromage blanc nature	Yaourt nature



Bio : Produit issu de l'agriculture biologique



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge

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.



# MON MENU

www.terresdecuisine.fr

Régime  
diabétique

Lundi 30 Novembre	Mardi 1er Décembre	Mercredi 2 Décembre	Jeudi 3 Décembre	Vendredi 4 Décembre	Samedi 5 Décembre	Dimanche 6 Décembre
Carottes râpées au citron	Cœur de palmier	Chou blanc	Potage de julienne	Endives	Fonds d'artichauts	Pamplemousse
Chili con carné	Rôti de dinde	Merlu sauce champêtre	Emincé de veau à la parisienne	Marmite du pêcheur	Côte de porc	Steak haché sauce échalote
 Riz	Flan de potiron	Tortis	Brocolis à l'huile d'olive	Pommes vapeurs	Fenouils à la tomate	Polenta
Julienne de légumes	Gnocchis	Poêlée de légumes	Blé	Haricots verts	<b>Patates douces</b>	Endives braisés
Camembert	Emmental	Saint Morêt	Chanteneige	Edam	Croix de Malte	Rondelé au noix
Fromage blanc nature	Fruit de saison	Petits suisses natures	Faisselle	Purée de fruits	Fruit de saison	Purée de fruits
Velouté d'épinards	Potage de poireaux et pommes de terre	Potage de céleris	Potage de petits pois	Potage de pois cassés	Potage de légumes	Velouté de laitue
Petits suisses natures	Yaourt nature	Yaourt nature	Fromage blanc nature	Petits suisses natures	Fromage blanc nature	Faisselle



Bio : Produit issu  
de l'agriculture biologique



IGP : Indication  
Géographique Protégée



AOP : Appellation  
d'Origine Protégée



Label Rouge

**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.