



LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Ville de Tain l'Hermitage

Lundi 2 Septembre

Mardi 3 Septembre

Jeudi 5 Septembre

Vendredi 6 Septembre

Lasagnes à la bolognaise de bœuf
Mimolette
Compote



Salade niçoise
Merlu à l'huile sauce vierge
Beignets de courgettes
Mousse au chocolat

Pizza
Rosbeef (froid)
Ratatouille
Clafoutis aux fruits rouges maison

Chili de haricots rouges
Riz de camargue Saint Paulin à la coupe
Fruit de saison



Lundi 9 Septembre

Mardi 10 Septembre

Jeudi 12 Septembre

Vendredi 13 Septembre



Melon
Jambon blanc
Lentilles
Cookies

Tomates-mozzarella
Steak haché pizzaïole
Coquillettes
Compote

Poulet basquaise
Pommes de terre rissolées
Camembert à la coupe
Fruit de saison



Radis râpés
Filet de colin meunière et citron
Haricots verts
Gâteau à la fleur d'oranger maison

NOS APPROVISIONNEMENTS

Nos Viandes :

100% de nos viandes en morceaux sont françaises



• Bœuf
• Veau
• Porc } Auvergne - Rhône-Alpes

Nos féculents :

- 100% de nos pâtes sèches BIO sont fabriquées en Savoie



- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
- Quenelles, gnocchis et raviolis sont fabriqués à Romans



- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français

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



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 - Epinards
- 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, céleri, navet, pomme de terre...



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

GATEAU MAISON A LA FLEUR D'ORANGER

Ingrédients :

- 130g Crème fraîche
- 3 œufs
- 180g de farine
- 60g d'huile
- 240g de sucre
- 5g de fleurs d'oranger
- 5g de levure chimique

1. Préchauffez le four à 170°C
2. Mélangez les œufs avec le sucre
3. Ajoutez l'huile, la crème fraîche et la fleur d'oranger. Mélangez.
4. Ajoutez la farine, et mélangez à nouveau
5. Huilez le moule à cake
6. Versez la préparation dans le moule
7. Enfourez le cake pendant 40 minutes, à chaleur tournante



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.

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

Lundi 16 Septembre	Mardi 17 Septembre	Jeudi 19 Septembre	Vendredi 20 Septembre
<p>Carottes râpées</p> <p>Escalope de poulet aux herbes</p> <p>Pommes de terre </p> <p>Yaourt nature</p>	<p>Pâté de campagne</p> <p>Quenelles sauce mornay</p> <p>Courgettes</p> <p>Fruit de saison</p>	<p> Macaronis à la sétoise (emincé de bœuf) Le lozere vache à la coupe</p> <p>Eclair au chocolat</p> <p></p>	<p>Colin sauce safranée</p> <p>Blé aux petits légumes</p> <p>Petit vercorain à la coupe </p> <p>Compote</p>
Lundi 23 Septembre	Mardi 24 Septembre	Jeudi 26 Septembre	Vendredi 27 Septembre
<p>Salade de riz aux légumes</p> <p>Œufs durs </p> <p>Epinards moulinés</p> <p>Crème dessert vanille</p>	<p>Couscous de poisson et ses légumes</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Flan au caramel</p>	<p>Salade de pommes de terre andalouse et dès d'emmental</p> <p>Rôti de porc au jus</p> <p>Carottes vichy</p> <p>Compote</p>	<p>Clafoutis de légumes d'Été maison</p> <p>Raviolis emmental - basilic </p> <p>sauce provençale</p> <p>Fruit de saison</p>

NOS APPROVISIONNEMENTS

Nos Viandes :
 100% de nos viandes en morceaux sont françaises
 • Bœuf
 • Veau
 • Porc
 } Auvergne - Rhône-Alpes

Nos féculents :
 - 100% de nos pâtes sèches BIO sont fabriquées en Savoie
 - 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
 - Quenelles, gnocchis et raviolis sont fabriqués à Romans
 - 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français

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 - Epinards
 - 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, céleri, navet, pomme de terre...

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

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

DUO LOZERE

PRODUCTEUR DU MOIS

Producteur de fromages et yaourt labélisés, DUO LOZERE est basé à Chastel Nouveau en Lozère.
 C'est en 2007, après 4 ans de travail, que le projet de huit agriculteurs laitiers de la Margeride émerge.
 Leur vocation est de rapprocher producteur et consommateur, en commercialisant leur propre marque de produits laitiers : DUO LOZERE.
 La collecte du lait qui entre dans la fabrication des yaourts ou des fromages blancs au lait de vache ou de brebis, est locale et répartie sur le département de la Lozère.
 Les produits Duo Lozère sont labélisés «Sud de France» et «Produit de Montagne».
 Nous avons sélectionné sur notre menu le « Lozère vache ».