

Lundi 4 Octobre	Mardi 5 Octobre	Jeudi 7 Octobre	Vendredi 8 Octobre
Taboulé	Duo de choux en mayonnaise		<b>V</b>
Salade de pommes de terre aux légumes	Concombres		
Cordon bleu	Filet de merlu sauce aurore	<b>Lasagnes à la bolognaise</b>	Tortilla de pommes de terre
Haricots verts persillés	<b>Riz</b>		Carottes à l'huile d'olive
		<b>Camembert à la coupe</b>	Tomme noire
Fruit de saison au choix	Liégeois vanille	<b>Compote</b>	Petit moulé nature
	Flan vanille		<b>Gâteau à la noix de coco Maison</b>
Lundi 11 Octobre	Mardi 12 Octobre	Jeudi 14 Octobre	Vendredi 15 Octobre
<b>LA SEMAINE DU GOÛT : A la découverte des épices</b>  			
	<b>V</b> Carottes râpées à l'orange		<b>Salade verte</b> et sa vinaigrette au curcuma
Poulet à la vanille	Tajine de pois chiches aux potirons	<b>Curry rouge de bœuf à la coco</b>	Mitonné de poisson sauce safranée
<b>Riz</b> aux petits légumes	et sa semoule	<b>Courgettes persillées</b>	Spaghettis
Gouda	Pain d'épices	<b>Yaourt sucré</b>	
		<b>Gâteau à la Fève de Tonka Maison</b>	Crème renversée
Pomme au four à la cannelle			
Lundi 18 Octobre	Mardi 19 Octobre	Jeudi 21 Octobre	Vendredi 22 Octobre
<b>V</b> <b>Salade de blé narisienne</b>			<b>Cake à l'emmental Maison</b>
<b>Oufs durs</b>	Saucisse de Toulouse	Emincé de veau basquaise	Poisson pané et citron
<b>Mouliné d'épinards</b> et croûtons	Lentilles	Pommes noisette	Purée de potirons
<b>Crème dessert vanille</b>	Saint Bricet	Petit Louis tartine	
	Camembert à la coupe	Bûche de chèvre à la coupe	
	Fruit de saison au choix	Liégeois chocolat	Fruit de saison au choix
		Mousse au 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 labélisées 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 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.

**Découverte des épices !**  
 LES 13 ET 15 OCTOBRE DÈS 18H  
 Participez au jeu quizz  
 SUR LA PAGE FACEBOOK  
 @TERRESDECUISINE.FR
 
