

Lundi 5 Octobre

Mardi 6 Octobre

Jeudi 8 Octobre

Vendredi 9 Octobre

Pâté de campagne
Salade de lentilles

Emincé de veau financière

Quenelles à la crème



Carottes vichy



Fourmette

Fruit de saison

Salade verte

Lasagnes

bolognaise

Cappelletti à la tomate

Fromage fouetté



Purée de pommes

Salade de pommes de terre parisienne



Œufs durs

/

Moulinés d'épinards

Petit suisse sucré



Fruit de saison

Clafoutis aux brocolis maison

Merlu sauce provençale

Mijoté de pois chiches au curry

Semoule

Contentin

Fruit de saison

Lundi 12 Octobre

Mardi 13 Octobre

Jeudi 15 Octobre

Vendredi 16 Octobre

EGYPTE

Salada balati et dès de brebis
(concombres, tomates, salade verte)

Kochary

(plat complet à base de coquillettes, lentilles
et pois chiches en sauce tomate pimentée)



/



Raisin



INDE

Samoussa aux légumes

Sauté de poulet Massala

Œufs brouillés



Riz aux légumes



Yaourt sucré

Salade de mangue et ananas

LA SEMAINE DU GOÛT - LE TOUR DU MONDE DES MENUS

ETAT UNIS

Salade verte

Hamburger maison

Burger au pané fromager

Frites + ketchup

Fromage blanc nature (seau)

Cookies

ANGLETERRE

Coleslaw

Fish and

Galette de blé et épinards

chips de chou fleur



Brique de brebis

Pudding aux pommes Maison

NOS APPROVISIONNEMENTS

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble des composants

Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie/Rh-Alpes).

Nos charcuteries sont 100% françaises.

Nos pâtes : 95% sont produites en France, les labélisées Bio sont régionales (Vaucluse et Rh-Alpes).

100% de notre Riz est de Camargue, labélisé IGP.

Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède

Produits laitiers:

- 2 yaourts de fournisseurs locaux (Lozère) par mois,
- 1 fromage à la coupe d'un fournisseur local par semaine.



Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.

Nos légumes frais sont 100% locaux en pleine saison.

Tous nos légumes sont a-minima d'origine France.

Les légumes issus de l'agriculture durable : Haricots verts, Epinards, Haricots beurre, Petits pois a-minima.

Nos fruits sont 100% d'origine France, et locaux en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).

Nos compotes sont Bio à 100% et 80% fabriquées dans le Vaucluse, à base de fruits provenant de vergers locaux. **20% proviennent du Gard**, fabriquées à base de la **pomme reinette du Vigan**.

L'ACTUALITE DU MOIS

LA SEMAINE DU GOÛT

C'est un évènement annuel, autour du goût et de la gastronomie.

Il permet d'éduquer le goût des enfants et de leur faire découvrir des saveurs nouvelles.

Tous les jours de cette semaine, Terres de Cuisine, au travers du célèbre roman de Jules Verne : **Le Tour du Monde en 80 jours**, propose des menus typiques des pays ou continents traversés par le héros Philéas Fogg: **Egypte, Inde, Asie, Etats Unis et Royaume-Uni.**



Bio : Produit issu de l'agriculture biologique



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge



Menu végétarien

Alternative sans viande

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 19 Octobre	Mardi 20 Octobre	Jeudi 22 Octobre	Vendredi 23 Octobre
Salade verte et dès d'emmental Raviolis de bœuf sauce tomate <i>Cappelletti sauce tomate</i> Mousse au chocolat	Pizza au fromage Curry de pois chiches et ses courgettes / Edam Fruit de saison	Maïs-crudités Jambon blanc <i>Omelette</i> Ecrasé de potirons Crème anglaise Gâteau aux marrons maison	Radis - beurre Filet de hoki sauce bonne femme <i>Dahl de lentilles</i> Pommes de terre grenailles Lozère de vache Fruit de saison
Lundi 26 Octobre	Mardi 27 Octobre	Jeudi 29 Octobre	Vendredi 30 Octobre
Crêpe au fromage Escalope de poulet au jus <i>Tortilla</i> Brocolis à la crème Emmental à la coupe Fruit de saison	Salade de crudités (salade, chou blanc, radis) Bœuf gardian <i>Galette de soja</i> Pommes de terre rissolées Cotentin Fromage blanc aromatisé	Salade verte Gratin de ravioles <i>aux blettes</i> Picharon Flan vanille	Salade de betteraves et dès de brebis Carmentier de merlu <i>Carmentier aux lentilles</i> Pancake et coulis de chocolat

NOS APPROVISIONNEMENTS

Les approvisionnements locaux sont privilégiés sur l'ensemble des composantes

Nos Viandes sont 100% françaises, et locales pour le Bœuf, le Veau, le Porc (Occitanie/Rh-Alpes).
Nos charcuteries sont 100% françaises.

Nos pâtes : 95% sont produites en France, les labélisées **Bio** sont régionales (Vaucluse et Rh-Alpes).

100% de notre Riz est de Camargue, labélisé IGP.

Farine Lou Pan d'Oc du Moulin de la Vernède

Produits laitiers :

- 2 yaourts de fournisseurs locaux (Lozère) par mois,
- 1 fromage à la coupe d'un fournisseur local par semaine.



Nos filets de poissons sont 100% MSC, issus de la pêche durable.

Nos légumes frais sont 100% locaux en pleine saison.

Tous nos légumes sont a-minima d'origine France.

Les légumes issus de l'agriculture durable : Haricots verts, Epinards, Haricots beurre, Petits pois a-minima.

Nos fruits sont 100% d'origine France, et locaux en pleine saison (hors agrumes et fruits exotiques).

Nos compotes sont **Bio à 100%** et 80% fabriquées dans le Vaucluse, à base de fruits provenant de vergers locaux. **20% proviennent du Gard**, fabriquées à base de la **pomme reinette du Vigan**.

L'ACTUALITE DU MOIS

Ingrédients :

- 150 g de crème de marrons
- 4 œufs
- 75 g de farine
- 55 g de sucre
- 7 g de levure
- 70 g beurre + pour le moule

GATEAU AUX MARRONS

Recette pour 6 personnes

1. Préchauffer le four thermostat 5/6 (160°),
2. Mélanger les œufs et le sucre jusqu'à ce que le mélange « blanchisse »,
3. Incorporer la farine, la levure et le beurre fondu,
4. Rajouter progressivement la crème de marrons en mélangeant,
5. Verser dans le moule beurré,
6. Cuire à four chaud pendant 45 minutes.

Bio : Produit issu de l'agriculture biologique

IGP : Indication Géographique Protégée

AOP : Appellation d'Origine Protégée

Label Rouge

Menu végétarien

Alternative sans viande

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.