

Lundi 31 Août	Mardi 1er Septembre	Mercredi 2 Septembre	Jeudi 3 Septembre	Vendredi 4 Septembre	Samedi 5 Septembre	Dimanche 6 Septembre
Mélange de crudités (carottes, batavia, céleri, chou blanc)	Concombres vinaigrette	Betteraves vinaigrette	Scarole	Cœur de palmier	Tomates vinaigrette	Courgettes râpées
Merlu sauce cari	Macaronnis	Emincé de dinde mexicain	Bœuf braisé à l'échalote	Lamelles d'encornets persillées	Rôti de dinde	Côte de porc
Poêlée de légumes (carottes, courgettes, navets)	bolognaise de bœuf	Haricots beurrés	Duo de riz et pois chiches	Purée de courgettes	Lentilles blondes	Tian de légumes
Semoule	Potirons à l'huile d'olives	Patates douces	Ratatouille		Céleris braisés	
Petit moulé ail et fines herbes	Tartare	Brie	Emmental	Fromage fouetté	Mimolette	Comté
Fruit de saison	Compote	Fruit de saison	Yaourt nature	Fruit de saison	Yaourt nature	Fromage blanc nature
Potage à la tomate	Velouté de courgettes	Soupe de poisson	Velouté de petits pois	Velouté dubarry	Velouté de blettes	Velouté de laitue
Yaourt nature	Petits suisses naturels	Fromage blanc nature	Faisselle	Fromage blanc nature	Petits suisses naturels	Yaourt nature
Lundi 7 Septembre	Mardi 8 Septembre	Mercredi 9 Septembre	Jeudi 10 Septembre	Vendredi 11 Septembre	Samedi 12 Septembre	Dimanche 13 Septembre
Champignons à la grecque	Melon	Carottes râpées	Tomates vinaigrette	Concombres	Salade de crudité	Poivrons marinés
Omelette	Jambon blanc	Boulettes de bœuf au jus	Rôti de veau	Hoki sauce vierge	Paleron de bœuf sauce poivre	Parmentier de canard
Carottes vichy	Pommes de terre à la boulangère	Jardinière de légumes (carottes, petits pois, haricots, navets)	Pennes au pesto	Haricots romano	Polenta	à la purée de céleris
Riz	Courgettes	Blé	Potirons persillés	Pommes de terre boulangère	Fondue de poireaux	
Saint Paulin	Chanteneige	Cantadou	Edam	Camembert	Philadelphia	Tomme blanche
Fruit de saison	Fromage blanc nature	Fruit de saison	Yaourt nature	Fruit de saison	Faisselle	Purée de fruits
Potage de légumes	Potage à la tomate	Potage de légumes	Velouté de brocolis	Soupe à l'oignon	Potage de julienne de légumes	Velouté d'épinards
Petits suisses naturels	Yaourt nature	Fromage blanc nature	Petits suisses naturels	Yaourt nature	Fromage blanc 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 14 Septembre	Mardi 15 Septembre	Mercredi 16 Septembre	Jeudi 17 Septembre	Vendredi 18 Septembre	Samedi 19 Septembre	Dimanche 20 Septembre
Carottes râpées à la ciboulette	Tomates vinaigrette	Concombres vinaigrette	Chou blanc	Poireaux mimosa	Radis croque sel	Feuilles d'épinards en salade
Emincé de bœuf basquaise	Poulet rôti	Bolognaise de thon	Omelette	Saumonette aux amandes	Steak haché de porc au jus	Bœuf braisé au jus
Semoule	Poêlée printanière (pommes de terre, petits pois, haricots, carottes, oignons)	Riz	Pommes de terre boulangère	Raviolis à l'aubergines	Choux de Bruxelles à la crème	Tortis
Ratatouille		Panais à la milanaise	Moulinés d'épinards		Gnocchis	Fenouils braisés
Gouda	Saint Morêt	Emmental	Rondelé aux noix	Fol Epi	Pavé demi sel	Croix de Malte
Petit suisse nature	Fruit de saison	Purée de fruits	Fruit de saison	Purée de fruits	Fruit de saison	Yaourt nature
Velouté de betteraves	Potage de légumes	Velouté de courgettes	Velouté de potiron	Potage de légumes	Potage de céleris	Potage de poireaux et pommes de terre
Yaourt nature	Fromage blanc nature	Petits suisses natures	Yaourt nature	Faisselle	Petits suisses natures	Fromage blanc nature
Lundi 21 Septembre	Mardi 22 Septembre	Mercredi 23 Septembre	Jeudi 24 Septembre	Vendredi 25 Septembre	Samedi 26 Septembre	Samedi 27 Septembre
Salade de crudités (carottes, concombres, salade)	Concombres	Tomates vinaigrette	Salade de haricots verts	Brocolis vinaigrette	Salade verte	Coleslaw
Colombo de porc	Omelette	Escalope de dinde	Rosbeef (froid)	Filet de merlu sauce basilic	Poulet rôti	Blanquette de veau
Purée de pommes de terre	Carottes persillées	Ratatouille	Petits pois	Coquillettes	Fondue de poireaux	Flageolets
Topinambours mornay	Riz	Patates douces	Boullgour	Potirons à la crème	Riz	Artichauts persillés
Edam	Camembert	Petit moulé ail et fines herbes	Bleu	Cotentin	Cabrette	Saint Nectaire
Faisselle	Purée de fruits	Fruit de saison	Fruit de saison	Fruit de saison	Petits suisses natures	Purée de fruits
Velouté d'épinards	Soupe de poisson	Velouté de panais	Velouté de blettes	Velouté de courgettes	Potage de julienne de légumes	Soupe à l'oignon
Petits suisses natures	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Fromage blanc nature	Petits suisses natures	Yaourt nature	Fromage blanc 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 28 Septembre	Mardi 29 Septembre	Mercredi 30 Septembre	Jeudi 1er Octobre	Vendredi 2 Octobre	Samedi 3 Octobre	Dimanche 4 Octobre
Potage à la tomate	Carottes râpées	Scarole	Radis croque sel	Fonds d'artichauts	Feuilles d'épinards en salade	Caviar d'aubergines sur toast
Axoa de bœuf	Sauté de dinde au thym	Emincé de bœuf à la parisienne	Rôti de porc au jus	Colin sauce safranée	Poulet aux herbes	Cabillaud sauce citron
Blé	Courgettes à la provençale	Pennes	Duo de carottes et pommes de terre	 Riz	Blettes en gratin	Pommes de terre
Poêlée de légumes	Gnocchis	Panais à la crème		Aubergines gratinées	Purée de pois cassés	Haricots romano
Emmental	Tomme blanche	Tartare aux herbes	Vache picon	Gouda	Rondelé	Saint Paulin
Yaourt nature	Fruit de saison	Purée de fruits	Fromage blanc nature	Fruit de saison	Faisselle	Purée de fruits
Velouté de petits pois	Velouté de topinambours	Potage de julienne de légumes	Velouté de brocolis	Velouté de céleris	Potage de potiron	Velouté de laitue
Faisselle	Fromage blanc nature	Yaourt nature	Petits suisses naturels	Fromage blanc nature	Petits suisses naturels	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.