



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Tulette Ecole

Lundi 30 Septembre	Mardi 1er Octobre	Mercredi 2 Octobre	Jeudi 3 Octobre	Vendredi 4 Octobre
Cœuf dur mayonnaise	<b>Carottes râpées</b>	Taboulé	Crêpe au fromage	Feuilles d'épinards aux dés de brebis
Nuggets de blé	Chipolatas	Wings de poulet	Omelette	Marmite du pêcheur
Courgettes à la provençale	Frites	Brocolis mornay	Ratatouille	<b>Tortis</b>
Saint Paulin	Petit moulé ail et fines herbes	Camembert à la coupe	<b>Emmental</b>	Liégeois chocolat
<b>Fruit de saison</b>	Yaourt aromatisé	<b>Fruit de saison</b>	Fruit de saison	

## La Semaine du Goût - Les repas de nos chefs

<p><b>Chef Nicolas Mequignon</b> (atelier Haute Provence)</p> <p>Salade de carottes et courgettes râpées</p> <p>Emincé de veau à l'indienne</p> <p>Pommes de terre rissolées</p> <p><b>Edam</b> </p> <p>Fromage blanc sur coulis de fruits</p>	<p><b>Chef Laure Francoul</b> (atelier Méditerranée)</p> <p>Salade de pois chiches au cumin</p> <p>Sauté de porc au miel</p> <p>Poêlée wok (pois croquant, haricots mungo, carottes, champignons, fèves de soja, oignons)</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b> </p>	<p><b>Chef Jean Luc Savreux</b> (atelier Cévennes)</p> <p>Radis râpés</p> <p>Gardianne de taureau</p> <p> Riz de Camargue</p> <p>Chantailou</p> <p><b>Compote</b> </p>	<p><b>Chef Christophe Thamin</b> (atelier Rhône Isère)</p> <p>Cervelle de canut avec toast (fromage blanc, ciboulette, échalote)</p> <p>Coquillettes</p> <p> au reblochon et aux lardons</p> <p><b>Fruit de saison</b> </p>	<p><b>Chef Fabrice Creton</b> (atelier Provence)</p> <p><b>Salade verte</b> </p> <p>Cabillaud pané</p> <p>Purée de potiron</p> <p>Yaourt sucré</p> <p>Roulé au chocolat maison</p>
--	--	--	---	--

### NOS APPROVISIONNEMENTS

**Nos Viandes :**  
100% de nos viandes en morceaux sont françaises

- Bœuf
- Veau
- Porc

Occitanie - Rhône-Alpes

**Nos féculents :**

- Raviolis BIO du Valdaise
- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)
- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
- Pâtes Torti BIO de Savoie

**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 - Épinards
- 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...

**Nos compotes sont fabriquées localement** (Vaucluse); à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux

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

### L'ACTUALITE DU MOIS

#### CERVELLE DE CANUT

N'ayez pas peur de son nom !  
Spécialité fromagère Lyonnaise, elle doit son nom aux tisserands appelés « canuts », à l'époque où le travail de la soie faisait la renommée de la ville de Lyon. Cette préparation constituait bien souvent la part principale de leur repas (elle remplaçait la cervelle d'agneau qu'ils n'avaient pas les moyens de s'offrir).

Cet onctueux mélange de fromages blanc doit sa texture à sa méthode de fabrication et son agréable senteur aux herbes fraîches qui y sont ajoutées. C'est pour sa douce saveur que nous l'avons mise à l'honneur dans la semaine du Goût, afin de faire découvrir une de nos spécialités culinaires françaises.




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.



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Tulette Ecole

Lundi 14 Octobre	Mardi 15 Octobre	Mercredi 16 Octobre	Judi 17 Octobre	Vendredi 18 Octobre
<b>Betteraves vinaigrette</b>	Salade de pennes parisienne	Salade de blé andalouse	Pizza	Concombres
Parmentier de merlu	Cordon bleu	Galopin de veau	Jambon blanc	Curry de pois chiches
Gouda	Carottes à l'huile d'olive	Epinards mornay	Haricots verts sautés	<b>Semoule</b>
Fruit de saison	Coulommiers à la coupe	Petit suisse sucré	Fromage fouetté	Crème anglaise
	<b>Compote</b>	<b>Fruit de saison</b>	<b>Fruit de saison</b>	Madeleine

## NOS APPROVISIONNEMENTS



### Nos Viandes :

100% de nos viandes en morceaux sont françaises

- Bœuf
- Veau
- Porc

Occitanie - Rhône-Alpes



### Nos féculents :

- Raviolis BIO du Vaucluse
- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)

- 95% de nos pâtes conventionnelles sont de fabrication française, à partir de blé français
- Pâtes Torti BIO de Savoie

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)
- Hoki (filet)
- Cabillaud
- Limande

Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.



### Les légumes issus de l'agriculture durable : (a minima)

- Haricots verts
- Haricots beurre
- Epinards
- 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...



### Nos compotes sont fabriquées localement (Vaucluse) :

à base de pommes, poires, abricots provenant de vergers locaux



Charles et Alice est basée en Provence, dans le Vaucluse. La marque propose une gamme variée de purées de fruits sans sucres ajoutés. Celles-ci ne contiennent que le sucre naturellement présent dans les fruits sélectionnés, préservant ainsi toutes les qualités nutritives, grâce à un procédé de broyage à froid et de traitement thermique rapide.

L'entreprise s'engage avec des arboriculteurs partenaires pour proposer des produits sains, dont une gamme bio.

Les purées de fruits sont locales, élaborées avec des pommes, poires et abricots de vergers locaux du Sud-Est de la France.



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'hydroxyde sulfureux et sulfites dans nos ateliers.

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