








Lundi 02 Novembre	Mardi 03 Novembre	Mercredi 04 Novembre	Jeudi 05 Novembre	Vendredi 06 Novembre
Velouté de patates douces	Carottes râpées	Taboulé	Salade verte	Salade de pois chiches à l'échalote
Poulet sauce forestière	Chou en mayonnaise	Salade de riz aux olives	 Gratin de ravioles aux épinards	Salade de lentilles aux crudités
<b>Haricots verts sautés</b>	Daube de bœuf	Steak haché	Bûchette de chèvre à la coupe et assortiment de fromages	Parmentier de colin à la purée de panais
Tartare et assortiment de fromages	Polenta	Duo de petits pois carottes	Pumpkin Pie Maison (Tarte au potiron) (Corbeille de fruits)	Gouda et assortiment de fromages
Fruit de saison au choix	Tomme blanche à la coupe et assortiment de fromages	Coulommiers à la coupe et assortiment de fromages		Fruit de saison au choix
	<b>Purée de pommes</b>	Fruit de saison au choix		
	<b>Purée de pommes bananes</b> (Corbeille de fruits)			
Lundi 09 Novembre	Mardi 10 Novembre	Mercredi 11 Novembre	Jeudi 12 Novembre	Vendredi 13 Novembre
Coleslaw	Potage de légumes aux vermicelles	<b>ARMISTICE</b>	Tarte aux poireaux Maison	<b>Salade verte</b>
Salade d'endives moutardée	 Quenelles sauce aux oignons		Emincé de bœuf à la parisienne	<b>Pamplemousse</b>
<b>Boulettes de bœuf sauce tomate</b>	Poêlée de brocolis et champignons		Carottes sautées	Marmite du pêcheur
Spaghettis	Petit suisse nature et assortiment de fromages		Cotentin et assortiment de fromages	 Pont l'Évêque à la coupe et assortiment de fromages
Brie à la coupe et assortiment de fromages	Fruit de saison au choix		Fruit de saison au choix	Yaourt aromatisé
Crème dessert à la vanille				Yaourt sucré (Corbeille de fruits)
Crème dessert au café (Corbeille de fruits)				

### 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 a 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.

### L'ACTUALITE DU MOIS

#### Ingrédients :


- 1 pâte à tarte sablée
- 10 gr de crème fraîche 30% de matière grasse
- 240 ml de lait
- 1 œuf
- 60 gr de sucre
- 500 gr de butternut ou potiron

### PUMPKIN PIE (tarte à la citrouille)

#### Recette

1. Éplucher le potiron et le découper en cube.
2. Le cuire à la vapeur pendant 20 minutes.
3. Fouetter l'œuf et le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
4. Ajouter le lait, la crème et la purée de potiron tempérée. Mélanger.
5. Étaler la pâte dans un plat à tarte puis rajouter la préparation.
6. Cuire à 170°C pendant 40 minutes.

 Bio : Produit issu de l'agriculture biologique

 IGP : Indication Géographique Protégée

 AOP : Appellation d'Origine Protégée

 Label Rouge

 Menu végétarien

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 16 Novembre		Mardi 17 Novembre		Mercredi 18 Novembre		Jeudi 19 Novembre		Vendredi 20 Novembre	
Macédoine de légumes		<b>Salade verte</b>		Salade de coquillettes à la tapenade		Quiche au fromage Maison		Salade de blé aux crudités	
Céleris rémoulade		<b>Carottes râpées</b>		Salade de lentilles aux oignons		Rôti de veau à la moutarde		Taboulé	
Sauté de porc à la sauge		Couscous de pois chiches et ses légumes		Escalope viennoise		Pommes de terre au four		Colin à la bordelaise	
Riz au potiron		<b>V</b> Emmental à la coupe et assortiment de fromages		<b>Epinards à la crème</b>		Petit suisse nature et assortiment de fromages		Duo de poireaux et carottes	
Edam et assortiment de fromages		Flan au caramel		Vache picon et assortiment de fromages		<b>Fruit de saison au choix</b>		<b>Bûche de chèvre à la coupe</b> et assortiment de fromages	
<b>Fruit de saison au choix</b>		Flan à la vanille (Corbeille de fruits)		Fruit de saison au choix		<b>Fruit de saison au choix</b>		Purée de pommes bananes	
Purée de pommes coings (Corbeille de fruits)									
Lundi 23 Novembre		Mardi 24 Novembre		Mercredi 25 Novembre		Jeudi 26 Novembre		Vendredi 27 Novembre	
<b>SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS</b>									
<b>V</b> Chou chinois		Pizza au fromage Maison		Velouté de butternut		Salade verte		Houmous de betteraves sur toast	
Bolognaise de lentilles		Emincé de bœuf mexicain		Chipolatas		Rôti de porc		Blanquette de hoki	
<b>Pennes</b>		Haricots verts		Ecrasé de pommes de terre		Choux fleur à la crème		<b>Riz pilaf</b>	
Saint nectaire à la coupe et assortiment de fromages		<b>Bleu à la coupe</b> et assortiment de fromages		Bûche du pilat à la coupe et assortiment de fromages		<b>Camembert à la coupe</b> et assortiment de fromages		Tomme blanche à la coupe et assortiment de fromages	
Fromage blanc façon stracciatella (Corbeille de fruits)		Fruit de saison au choix		<b>Fruit de saison au choix</b>		Gâteau aux haricots blancs et aux pépites de chocolat Maison (Corbeille de fruits)		<b>Fruit de saison au choix</b>	
Lundi 28 Novembre		Mardi 01 Décembre		Mercredi 02 Décembre		Jeudi 03 Décembre		Vendredi 04 Décembre	
Potage Saint Germain		<b>Coleslaw</b>		Salade de boulgour aux crudités		<b>Salade verte</b>		Salade de maïs et thon	
Filet meunière et citron		<b>Pamplemousse</b>		Salade de penne aux légumes		<b>Salade d'endives</b>		<b>V</b> Macédoine de légumes	
Brocolis sautés		Pilons de poulet		Emincé de veau à l'indienne		Tartiflette		Omelette	
Tomme de Savoie à la coupe et assortiment de fromages		Purée de patates douces		<b>Carottes sautées</b>		<b>R</b> au reblochon		Epinards à la crème	
<b>Fruit de saison au choix</b>		Carré président et assortiment de fromages		Cotentin et assortiment de fromages		Edam et assortiment de fromages		Saint paulin à la coupe et assortiment de fromages	
		Mousse au chocolat		Fruit de saison au choix		Fromage blanc nature et Crème de marrons (Corbeille de fruits)		<b>Fruit de saison au choix</b>	
		Flan au chocolat (Corbeille de fruits)							

### 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.

### L'ACTUALITE DU MOIS

### SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS

Du 21 au 29 Novembre, nous célébrons la 12<sup>ème</sup> édition de la Semaine Européenne de la Réduction des Déchets (SERD) !

#### Le savez-vous ?

Pour un service de 100 enfants sur 1 semaine\*, en passant de 8 composants de repas en emballage individuel à un emballage collectif, nous jetons 49 emballages au lieu de 800.

751 emballages en moins à la poubelle !

\*sur la base de l'action menée pendant la SERD chez Terres de cuisine en 2019



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge



Menu végétarien

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.