

TERRES CUISINE **LE MENU DE MON RESTAURANT** **Saint Mathieu de Trévières Maternelle**
www.terresdecuisine.fr

Lundi 02 Septembre	Mardi 03 Septembre	Mercredi 04 Septembre	Jeudi 05 Septembre	Vendredi 06 Septembre
Salade verte Spaghettis à la bolognaise Liégeois au chocolat	Pizza au fromage Omelette aux oignons Courgettes à l'huile d'olives Fruit de saison	Taboulé Pilon de poulet Salade de haricots verts à l'échalote Salade de fruits	Carottes râpées Axoa de bœuf Pommes de terre Mousse au chocolat	Salade de tomates Blanquette de colin Riz de Camargue Yaourt aromatisé
Goûter				
		<i>Jus d'ananas</i> <i>Gaufre</i> <i>Fromage blanc sucré</i>		
Lundi 09 Septembre	Mardi 10 Septembre	Mercredi 11 Septembre	Jeudi 12 Septembre	Vendredi 13 Septembre
Salade de blé et de lentilles à la tomate aux olives Emincé de dinde Aubergines à la parmesane Fruit de saison	Coleslaw Jambon blanc Coquillettes Flan caramel	Friand au fromage Bœuf aux olives Carottes à l'huile d'olives Fruit de saison	Salade verte Curry de pois chiches Semoule Quatre quarts	Salade de perles marine (surimi, mayonnaise, concombres et tomates) Filet meunière et citron Tomates à la provençale Fruit de saison
Goûter				
		<i>Jus multivitaminés</i> <i>Pain - Chocolat</i> <i>Purée de pommes fraîches</i>		
Lundi 16 Septembre	Mardi 17 Septembre	Mercredi 18 Septembre	Jeudi 19 Septembre	Vendredi 20 Septembre
Salade de concombres Cappelletti sauce pesto Crème dessert au chocolat	Houmous et toast Steak haché Flan de courgettes et coulis de tomates Fruit de saison	Salade de tomates Poulet rôti Frites Yaourt aux fruits	Salade de maïs et thon Sauté de bœuf Ratatouille Fruit de saison	COUPE DU MONDE DE RUGBY Salade verte et navette à la tapenade Pennes au saumon Glace
Goûter				
		<i>Jus d'oranges</i> <i>Roulé au chocolat</i> <i>Fruit de saison</i>		
Lundi 23 Septembre	Mardi 24 Septembre	Mercredi 25 Septembre	Jeudi 26 Septembre	Vendredi 27 Septembre
Taboulé Boulettes de bœuf sauce basquaise Haricots verts Fruit de saison	Salade verte et son toast de chèvre chaud Parmentier de lentilles Gâteau à la fleur d'oranger	Pâté de campagne - cornichon Escalope viennoise Petits pois Fruit de saison	Radis - beurre Rôti de porc Tortis à l'arrabiata Liégeois à la vanille	Tarte à la tomate Colin sauce vierge Purée de carottes Fruit de saison
Goûter				
		<i>Jus de pommes</i> <i>Pain - miel</i> <i>Petit suisse sucré</i>		

NOS APPROVISIONNEMENTS

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

Nos féculents :
- Ravioles BIO du Vaucluse
- 50% de riz de Camargue IGP (pour assurer la variété)

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

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

Nos poissons issus de la pêche durable :
- Colin (brochette, cube, cœur, filet)
- Merlu (cœur, portion) - Cabillaud
- Hokii (filet)
Nous n'utilisons pas d'espèces menacées.

Les légumes issus de l'agriculture durable : (à 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, polimarron, chou, aubergines, poivrons, tomates, navets, pommes de terre ...

GÂTEAU MAISON À LA FLEUR D'ORANGER

Ingrédients :
- 130g Crème fraîche
- 3 œufs
- 180g de farine
- 60g d'huile
- 240g de sucre
- 5g de fleurs d'oranger
- 5g de levure chimique

1. Préchauffez le four à 170°C
2. Mélangez les œufs avec le sucre
3. Ajoutez l'huile, la crème fraîche et la fleur d'oranger. Mélangez.
4. Ajoutez la farine, et mélangez à nouveau
5. Huilez le moule à cake
6. Versez la préparation dans le moule
7. Enfourez le cake pendant 40 minutes, à chaleur tournante

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.

Nous travaillons avec des produits sélectionnés et pouvant occasionner des allergies d'approvisionnement.