



# LE MENU DE MON RESTAURANT

www.terresdecuisine.fr

Ville de Forcalquier

Lundi 3 Mai	Mardi 4 Mai	Mercredi 5 Mai	Jeudi 6 Mai	Vendredi 7 Mai
Saucisse de Strasbourg <b>Purée de pommes de terre</b> Bûche de chèvre à la coupe <b>Purée de fruits</b>	<b>V</b> <b>Taboulé</b> Falafels de pois chiches et ketchup <b>Haricots verts</b> <b>Fruit de saison</b>	<b>Carottes râpées</b> <b>Incé de dinde à la parisienne</b> <b>Polenta</b> Donut's	<b>Salade de tomates</b> Rôti de veau <b>Tortis</b> Fromage blanc nature (seau) et confiture (pot)	<b>Cake à l'emmental Maison</b> Filet de colin sauce basilic <b>Ratatouille - riz</b> <b>Fruit de saison</b>
Lundi 10 Mai	Mardi 11 Mai	Mercredi 12 Mai	Jeudi 13 Mai	Vendredi 14 Mai
<b>Poulet rôti</b> <b>Petits pois</b> Camembert à la coupe <b>Fruit de saison</b>	<b>Salade verte vert</b> Emincé de bœuf à l'indienne <b>Semoule</b> Fromage blanc nature (seau) et miel (pot)	Merlu sauce citron <b>Duo de carottes et courgettes - Coquillettes</b> <b>Pont l'évêque à la coupe</b> <b>Fruit de saison</b>	<b>Ascension</b>	

**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.

*C'est la saison !*  
**DES FRAISES**  
**PRODUITES EN FRANCE**

**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique **IGP** : Indication Géographique Protégée **AOP** : Appellation d'Origine Protégée **Label Rouge** **Menu végétarien** **Aide UE** à destination des écoles

**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 17 Mai	Mardi 18 Mai	Mercredi 19 Mai	Jeudi 20 Mai	Vendredi 21 Mai
<p>Boulettes de bœuf sauce pizzaïolo</p> <p><b>Macaronis Saint Paulin à la coupe</b></p> <p>Fruit de saison </p>	<p><b>Salade verte</b></p> <p>Emincé de porc mexicain</p> <p><b>Duo carottes et riz</b></p> <p>Fromage blanc nature (seau) et confiture (pot)</p>	<p><b>Omelette</b></p> <p><b>Blé-ratatouille</b></p> <p>Brie à la coupe</p> <p><b>Purée de fruits</b></p>	<p><b>NOS SUPER HEROS</b> </p> <p><b>Concombres</b> vinaigrette au citron <b>V</b></p> <p><b>Tajine de pois chiches et courgettes et sa semoule</b></p> <p><b>Gâteau chocolat - patates douces Maison</b></p>	<p>Merlu sauce safranée</p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Fromage blanc nature (seau) et sucre</p> <p><b>Fraises</b> </p>
Lundi 24 Mai	Mardi 25 Mai	Mercredi 26 Mai	Jeudi 27 Mai	Vendredi 28 Mai
<p><b>Pentecôte</b></p>	<p><b>V</b></p> <p><b>Raviolis à l'emmental</b></p> <p>sauce tomate</p> <p><b>Saint Marcellin à la coupe</b></p> <p><b>Compote</b></p>	<p>Pizza</p> <p> <b>Pilons de poulet</b></p> <p><b>Epinards hachés à la crème</b> et croustons - <b>Patates douces</b></p> <p><b>Fruit de saison</b> </p>	<p>Emincé de bœuf basquaise</p> <p><b>Polenta</b></p> <p>Camembert à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b> </p>	<p>Tapenade sur toast</p> <p>Colin sauce vierge</p> <p><b>Courgettes au fromage frais - pommes de terre persillées</b></p> <p>Fromage blanc nature (seau) et crème de marron (pot)</p>
Lundi 31 Mai	Mardi 1er Juin	Mercredi 2 Juin	Jeudi 3 Juin	Vendredi 4 Juin
<p> <b>Repas Terroir</b></p> <p><b>Sauté de bœuf aux olives</b> (Seynes les Alpes)</p> <p><b>Pâtes</b> (Montfuron)</p> <p><b>Yaourt fermier sucré du Buissonnet</b> (Seyne les Alpes)</p> <p><b>Fruit de saison</b> </p>	<p> <b>Rôti de dinde</b></p> <p><b>Haricots verts - pommes de terre</b></p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p><b>Fruit de saison</b> </p>	<p>Filet de colin sauce paprika</p> <p> <b>Riz</b></p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p><b>Purée de fruits</b></p>	<p><b>Taboulé</b></p> <p>Roti de bœuf</p> <p><b>Courgettes à la provençale - Purée de pommes de terre</b></p> <p><b>Fruit de saison</b> </p>	<p><b>Salade composée</b> (Salade verte et tomates)</p> <p><b>V</b></p> <p><b>Dahl de lentilles</b></p> <p><b>Coquillettes</b></p> <p><b>Gâteau à la noix de coco Maison</b></p>

### 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.

## Gâteau Maison

### PATATE DOUCE CHOCOLAT

Découvrez la recette sur  
L'APPLICATION  
TERRES DE CUISINE



Bio : Produit issu de l'agriculture biologique



IGP : Indication Géographique Protégée



AOP : Appellation d'Origine Protégée



Label Rouge



Menu végétarien



Aide UE à destination des écoles

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.