

Lundi 2 Novembre	Mardi 3 Novembre	Jeudi 5 Novembre	Vendredi 6 Novembre
Salade verte  Tartiflette  Petit suisse sucré  Ananas au sirop	<b>Pizza au fromage</b>  <b>Steak haché aux herbes</b>  <b>Purée de carottes</b>  <b>Vache qui rit</b>  <b>Fruit de saison</b>	Haricots verts en salade  Colin sauce bourride  <b>Riz aux petits légumes</b>  Camembert à la coupe  Fruit de saison	<b>Salade de mâche aux pommes Bio</b> <b>V</b>  <b>Ravioles</b>  avec des épinards  Fromage fouetté  <b>Pumpkin Pie (Tarte à la citrouille Maison)</b>
Lundi 9 Novembre	Mardi 10 Novembre	Jeudi 12 Novembre	Vendredi 13 Novembre
Salade de penne ravigote  Poulet rôti  Poêlée d'hiver (champignons, haricots romano, pommes de terre)  Cotentin  Fruit de saison	<b>Duo de chou</b>  <b>Couscous de boulettes de bœuf et ses légumes</b>  <b>Tomme à la coupe</b>  <b>Yaourt aromatisé</b>	Salade verte  Saucisse de strasbourg  <b>Lentilles</b>  Emmental à la coupe  Mousse au chocolat	Salade de blé aux légumes  <b>V</b> Omelette  Carottes persillées  <b>Brique de vache du Vercors à la coupe</b>  Fruit de saison

### 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	Jeudi 19 Novembre	Vendredi 20 Novembre
<p><b>Œuf dur mayonnaise</b></p> <p><b>Emincé de boeuf basquaise</b></p> <p><b>Frites</b></p> <p><b>Saint Morêt</b></p> <p><b>Fruit de saison</b></p>	<p>Carottes râpées</p> <p>Merlu sauce maître d'hôtel</p> <p>Purée de potiron</p> <p>Coulommiers à la coupe</p> <p>Riz au lait</p>	<p>Salade de Mais-thon</p> <p>Rôti de porc à la moutarde</p> <p>Haricots verts</p> <p>Brie à la coupe</p> <p>Compote</p>	<p><b>V</b></p> <p><b>Quiche aux oignons Maison</b></p> <p><b>Raviolis à l'emmental</b></p> <p>Sauce tomate</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p>Fruit de saison</p>
Lundi 23 Novembre	Mardi 24 Novembre	Jeudi 26 Novembre	Vendredi 27 Novembre
<h2>SEMAINE EUROPEENNE DE REDUCTION DES DECHETS</h2>			
<p>Salade verte et dès d'emmental</p> <p>Pot au feu</p> <p>et ses légumes</p>	<p><b>V</b></p> <p><b>Coleslaw</b></p> <p><b>Dahl de lentilles</b></p> <p><b>Macaronnis</b></p> <p><b>Saint Paulin à la coupe</b></p> <p><b>Compote de pommes du Vigan (Poche)</b></p>	<p>Betteraves</p> <p>Jambon blanc</p> <p>Purée de pommes de terre</p> <p>Verre de lait (bouteille)</p> <p><b>Gâteau aux amandes Maison</b></p>	<p>Taboulé</p> <p>Poisson pané et citron</p> <p>Petits pois</p> <p>Bleu à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>
<p>Yaourt aromatisé Duo Lozère (seau)</p>			
Lundi 30 Novembre	Mardi 1er Décembre	Jeudi 3 Décembre	Vendredi 4 Décembre
<p><b>V</b></p> <p><b>Carottes râpées au citron</b></p> <p><b>Chili de haricots rouges</b></p> <p><b>Riz</b></p> <p><b>Camembert à la coupe</b></p> <p><b>Crème dessert vanille</b></p>	<p>Salade de boulgour</p> <p>Cordon bleu</p> <p>Flan de potiron</p> <p>Emmental à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Tapenade sur toast</p> <p>Emincé de veau à la parisienne</p> <p>Brocolis à l'huile d'olive</p> <p>Chanteneige</p> <p>Fruit de saison</p>	<p>Iceberg et Endives et billes de mozzarella</p> <p>Marmite du pêcheur</p> <p>Pommes vapeurs</p> <p>Flan chocolat</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.

**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 saviez-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

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.