



Lundi 4 Janvier

Mardi 5 Janvier

Jeudi 7 Janvier

Vendredi 8 Janvier

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p><b>Betteraves vinaigrette</b></p> <p>Poulet rôti</p> <p>Pommes noisette</p> <p>Emmental à la coupe</p> <p> Fruit de saison</p>                                 | <p><b>V</b></p> <p>Taboulé d'hiver</p> <p>Raviolis potirons - emmental sauce tomate</p> <p>Tomme blanche à la coupe</p> <p>Liégeois chocolat</p> | <p>Pâté de campagne</p> <p>Emincé de bœuf à l'indienne</p> <p>Purée de légumes</p> <p>Cotentin</p> <p> Brioche des rois</p> | <p><b>Quiche aux endives Maison</b></p> <p>Poisson pané et citron</p> <p> Riz aux oignons</p> <p>Petit suisse sucré</p> <p> Fruit de saison</p>           |
| <p>Lundi 11 Janvier</p>   |  |   |   |
| <p><b>V</b></p> <p>Salade de penne andalouse</p> <p>Œufs durs</p> <p>Moulinés d'épinards et croûtons</p> <p>Bûche de chèvre à la coupe</p> <p>Fruit de saison</p> | <p>Salade verte et dés d'emmental</p> <p>Tajine de bœuf</p> <p>Semoule</p> <p>Flan au caramel</p>  | <p>Salade de haricots verts</p> <p>Tartiflette</p> <p>Yaourt sucré</p> <p> Fruit de saison</p>                              | <p>Vendredi 15 Janvier</p> <p>Carottes râpées</p> <p>Beignets de colin</p> <p>Flan de potiron</p> <p>Vache picon</p> <p><b>Gâteau au cacao Maison</b></p> |

**NOS APPROVISIONNEMENTS**

Nos Vandés 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.

Label Rouge

AOP : Appellation d'Origine Protégée

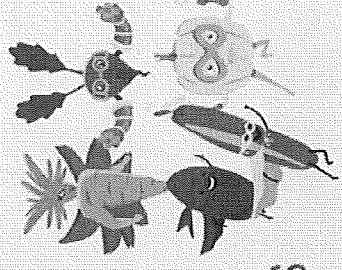
IGP : Indication Géographique Protégée

Bio : Produit issu de l'agriculture biologique

Aide UE à destination des écoles végétariennes

**L'ACTUALITE DU MOIS**

LES *super-*HEROS DE NOS ASSIETTES



ET TOUTE L'EQUIPE DE TERRES DE CUISINE TE SOUHAITENT UNE BELLE ANNEE 2021 !

| Lundi 18 Janvier                                    |                          | Mardi 19 Janvier                                |   | Jeudi 21 Janvier                        |  | Vendredi 22 Janvier |  |
|---|--------------------------|---|---|---|--|---------------------|--|
| Mélange de crudités (salade, carottes râpées, maïs) | Salade de blé parisienne | Salade de verte et ses segments de pamplemousse | Salade de verte et ses segments de pamplemousse | Feuilles d'épinards en salade           |  |                     |  |
| Chipolatas  | Cordon bleu              | Gnocchis à la crème de parmesan et petits pois  | Gnocchis à la crème de parmesan et petits pois  | Moqueca de merlu                        |  |                     |  |
| Purée de pommes de terre                            | Carottes persillées      | Fromage fouetté                                 | Fromage fouetté                                 | Coquillettes                            |  |                     |  |
| Camembert à la coupe                                | Fromage blanc (seau)     | Carrot cake Maison                              | Carrot cake Maison                              | Emmental à la coupe                     |  |                     |  |
| Compote   | Fruit de saison          |   |   | Compote                                 |  |                     |  |
| Lundi 25 Janvier                                    |                          | Mardi 26 Janvier                                |   | Jeudi 28 Janvier                        |  | Vendredi 29 Janvier |  |
| Pizza au fromage                                    | Carottes râpées          | Mélange de crudités (salade, chou rouge, maïs)  | Mélange de crudités (salade, chou rouge, maïs)  | Jus d'orange                            |  |                     |  |
| Jambon blanc  | Tortis                   | Emincé de veau financière                       | Emincé de veau financière                       | Couscous de pois chiches et ses légumes |  |                     |  |
| Choux fleur mornay                                  | à la bolognaise          | Purée de potirons                               | Purée de potirons                               | Edam                                    |  |                     |  |
| Saint marcellin à la coupe                          | Crème dessert vanille    | Coulommiers à la coupe                          | Coulommiers à la coupe                          | Fruit de saison                         |  |                     |  |
| Fruit de saison                                     | Madeleine                | Yaourt aromatisé                                | Yaourt aromatisé                                |   |  |                     |  |

**NOS APPROVISIONNEMENTS**

Nos Vrandes sont 100% françaises, et locales pour le Boeuf, 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 FILLETS 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**

**Recette**

**CARROT CAKE**

1. Préchauffer le four à 180°C en chaleur tournante.
2. Mélanger les œufs avec le sucre jusqu'à ce que la préparation blanchisse.
3. Ajouter l'huile et la crème puis remuer.
4. Incorporer la farine et la levure tamisée. Mélanger.
5. Ajouter les carottes puis mélanger à nouveau.
6. Transférer la préparation dans un moule à cake.
7. Cuire 45 minutes à 170°C.

**Ingrédients :**

- 80 gr de carottes râpées
- 112 gr de crème fraîche
- 160 g de farine
- 200 gr de sucre
- 48 gr d'huile de tournesol
- 3 gr de levure chimique
- 3 œufs