l'Esprit Terroirs
LA CUISINE DE VOTRE RÉGION

Les menus de la semaine

Du lundi 2 au dimanche 8 novembre 2026

Semaine 45

Lundi 2	mardi 3	mercerdi 4	jeudi 5
Haricots verts vinaigrette Sauté de volaille à la moutarde Pommes vapeur Fromage Fruit de saison	Salade Coleslaw Rôti de porc braisé Ecrasée de Potiron Carré frais Liégeois vanille	Pâté de foie Boulettes de boeuf à la tomate Semoule Petit suisse Pâtisserie	Carottes râpées Raviolis frais au Pesto rouge et mozzarella Yaourt nature Fruit de saison
vendredi 6	**samedi 7**	**dimanche 8**	
Riz niçois Filet de poisson vapeur Ratatouille Fromage Mousse au citron	Terrine aux trois légumes Hachis Parmentier Fromage blanc Fruit de saison	Mousse de canard Sauté de porc aux champignons Pomme Rôsti Bleu Moelleux ananas/ framboises	

Une question ?

Contactez
Jérôme ou Alicia

04 66 82 12 14

Commandes 72h à l'avance

Pain sur demande

Laissez-nous un avis Google en flashant ce QR Code !

l'Esprit Terroirs
LA CUISINE DE VOTRE RÉGION

Les menus de la semaine

Du lundi 9 au dimanche 15 novembre 2026

Semaine 46

Lundi 9	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12
Betteraves vinaigrette	Terrine au saumon	Saucisson à l'ail	Taboulé
Escalope de volaille	Chou farci	Poulet Basquaise	Steak haché au jus
Haricots beurre persillés	Riz créole	Pâtes	Purée
Fromage	Tomme noire	Fromage blanc	Fromage
Fruit de saison	Yaourt aux fruits	Pâtisserie	Fruit de saison

vendredi 13	samedi 14	dimanche 15
Pommes de terre	Tomates au basilic	Terrine de lapin
Ravigote	Saucisse de Toulouse	Coq au vin
Filet de colin meunière	Lentilles au jus	Tagliatelles fraiches
Epinards à la crème	Saint Moret	Brie
Suisse aux fruits	Fruit de saison	Tarte pommes/ rhubarbe
Mousse aux marrons		

Une question ?

Contactez
Jérôme ou Alicia

04 66 82 12 14

Commandes 72h à l'avance

Pain sur demande

Laissez-nous un avis Google en flashant ce QR Code !

www.lespritterroirs.fr

l'Esprit Terroirs
LA CUISINE DE VOTRE RÉGION

Les menus de la semaine

Du lundi 16 au dimanche 22 novembre 2026

Semaine 47

Lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19
Macédoine Mayonnaise	Salade de blé aux légumes	Terrine de campagne	Tarte aux poireaux
Escalope panée	Echine de porc ½ sel	Rôti de porc aux herbes	Paupiette Paysanne
Coquillettes	Chou verts braisé	Haricots blancs cuisinés	Purée aux trois légumes
Emmental	Fromage blanc	Fromage frais	Petit suisse
Fruit de saison	Liégeois au café	Pâtisserie	Fruit de saison

vendredi 20	samedi 21	dimanche 22
Oeuf dur mayonnaise	Salade verte	Caillette d'Ardèche
Filet de poisson au beurre blanc	Paëlla "maison"	Sauté de veau aux marrons
Chou fleur persillé	Yaourt aux fruits	Pommes de terre rôties
Fromage	Fruit de saison	Chèvre
Faisselle		Moelleux au chocolat

Une question ?

Contactez
Jérôme ou Alicia

04 66 82 12 14

Commandes 72h à l'avance

Pain sur demande

Laissez-nous un avis Google en flashant ce QR Code !