

MENU HAMEAU SAINT MICHEL
 CYCLE SEMAINE 2 MENU DU 17 mai au 23 mai 2021
 chères adhérentes , chers adhérents , nous tenons à votre disposition un classeur des allergènes à la caisse

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
Salad'bar	salade piémontaise	F	salade de macaroni aux petits légumes	F	salade de chou blanc aux dès d'emmental	F			salade de blé olives parmesan	F		
Salad'bar			betterave en dés	F	carottes rapées	F		soja vinaigrette	A	salade de boulgour quinoa aux crambérries	F	
Dressé	pissaladière aux filet d'anchois	F	croque monsieur et sa salade	F				duo de lentilles riz et noix	F	tarte aux légumes	F	
Verrine	tarte au poisson	F	avocat marin aux saumon fumé choux fleurs	F	asperges en duo de poivrons	F		feuilleté saucisse	F			
charcuterie	rilette	F	jambon du sud	F	assiette de rosettes	F		chiffonade de jambon	F	saucisson à l'ail	F	
Constante												
Viande	jambon braisé	F	pintade rôtie à l'orange	F	pâtes bolognaise	F		rôti de veau forestier	F	filet de poulet à la graine de moutarde	F	
Poisson	poisson selon la marée	F	poisson selon la marée	F	poisson selon la marée	F		poisson selon la marée	F	poisson selon la marée	F	
Légume d'accompagnement	sauté de navets au basilic	F	frites fraîches	F	spaghetti	F		pomme de terre lyonnaise lardons oignons	SF	petits pois aux laitues	F	
Légume d'accompagnement	purée de pomme de terre	F	julienne de poivrons	F	gratin de fenouil	F		choux verts frisé	F	blettes à la sauce tomate	F	
Assortiment de yaourts	assortiment de yaourts	F	assortiment de yaourts	F	assortiment de yaourts	F		assortiment e yaourts	F	assortiment de yaourts	F	
Fromage portion	kiri crème	F	kiri crème	F	kiri crème	F		kiri crème	F	kiri crème	F	
Plateau de fromages à la coupe	tomme blanche, emmental	F	tomme blanche, emmental	F	tomme blanche, emmental	F		tomme blanche, emmental	F	tomme blanche, emmental	F	
Dessert Bar	compote de fruits	A	compote de fruits	A	compote de fruits	A		compote de fruits	A	compote de fruits	A	
Dessert Bar	fromage blanc	F	fromage blanc	F	fromage blanc	F		fromage blanc	F	fromage blanc	F	
Corbeille de fruit												
Verrine	tarte aux pommes	F	gâteau noix de coco	F	mousse chocolat	A		salade de fruits de saison	F	riz au lait	F	
Dressé	crème citron	F	entremet chocolat	F	feuilleté à l'abricot	F		crème carambar	F	clafoutis aux fruits	F	
Dressé												
% DE FRAIS SUR UN MIDI	93,33%		93,75%		86,67%		80,00%		93,33%			DIMANCHE SOIR

* Proposition susceptible de modification en fonction des arrivages.

PLAT DU SOIR	sauté de volaille pintanier	F	omelette au gruyère	F	raviolis gratinées	A	couscous	F	cordon de dindonneau	F	émincé de porc au curry	F
Légume d'accompagnement	pâtes	F	salade verte	F			semoule	F	frites	F	riz	F