

RESTAURANT ASSOCIATIF DU HAMEAU SAINT MICHEL

Menu ÉTÉ - Semaine n.30 - du 26/07/2021 au 01/08/2021

Chères adhérents, chers adhérents,
nous tenons un classeur des alléges à votre disposition à la caisse
(Proposition de menu susceptible de modification en fonction des arrivages)

LUNDI MIDI

ENTRÉES

salade de pâtes à l'italienne (F) terrine forestère (F)
céleri à la graine de moutarde (F)

PLAT PRINCIPAL

sauté de poulet à la crème de curry (F) poisson selon la marée (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

riz basmati (A) poêlée de légumes (F)

FROMAGES

tomme blanche, camembert (F) mini pavé d'affinois (F)

DESSERTS

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 88,9%

MARDI MIDI

ENTRÉES

betterave à la crème ciboulette (F) wrap à l'italienne (F)
terrinerie de lapin et confiture d'oignon (F)

PLAT PRINCIPAL

rôti de porc aux champignons (F) poisson selon la marée (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

torti (A) tombée de champignons (F)

FROMAGES

tomme blanche, camembert (F) mini pavé d'affinois (F)

DESSERTS

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 88,9%

MERCREDI MIDI

ENTRÉES

salade de riz au crevettes (F) tarte de légumes à la provençale (F)
œuf mimosa (F)

PLAT PRINCIPAL

lasagne au bœuf (F) lasagne de poisson (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

écrasé de pomme de terre (F) salade verte (F)

FROMAGES

tomme blanche, camembert (F) mini pavé d'affinois (F)

DESSERTS

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 100%

JEUDI MIDI

ENTRÉES

salade africaine (F) quiche aux poireaux (F)
concombres à la grecque (F)

PLAT PRINCIPAL

paella (F) poisson selon la marée (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

riz espagnol (F) purée de céleri (F)

FROMAGES

tomme blanche, camembert (F) mini pavé d'affinois (F)

DESSERTS

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 100%

VENDREDI MIDI

ENTRÉES

salade pomme de terre jambon de pays (F) wrap de poulet tikka (F)
frisée aux lardons (F)

PLAT PRINCIPAL

tajine d'agneau aux fruits secs (F) poisson selon la marée (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

semoule aux épices (F) légumes tajine (F)

FROMAGES

tomme blanche, camembert (F) mini pavé d'affinois (F)

DESSERTS

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 100%

SAMEDI MIDI

ENTRÉES

pas de service

PLAT PRINCIPAL

pas de service

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

pas de service

FROMAGES

pas de service

DESSERTS

pas de service

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 0%

LUNDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

filet se saumon à l'échalotte (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

riz aux petits pois (F)

MARDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

quiche lorraine (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

salade verte (F)

MERCREDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

cuisse de poulet normande (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

gratins dauphinois (F)

JEUDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

rôti de porc (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

semoule (F)

VENDREDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

menu végétarien (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

purée de pomme de terre (F)

DIMANCHE SOIR

PLAT PRINCIPAL

spaghetti bolognaise (F)
vbf

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

pas de service

COMMENTAIRES
F : Frais
S : Surgelé
A : Appertisé