

RESTAURANT ASSOCIATIF DU HAMEAU SAINT MICHEL

Menu AUTOMNE - Semaine n.39 - du 26/09/2022 au 02/10/2022

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

LUNDI MIDI	MARDI MIDI	MERCREDI MIDI	JEUDI MIDI	VENDREDI MIDI	SAMEDI MIDI
ENTRÉES betterave vinaigrette (F) salami (F) concombre à la crème (F) cornet de jambon (F)	ENTRÉES endives vinaigrette (F) feuilleté saucisse (F) salade verte et ses croustons (F) œufs mimosa (F)	ENTRÉES taboulé (F) salade de perles au thon (F) nems (S) salade de pâtes et saumon (F)	ENTRÉES wrap au poulet crudité (F) macédoine de légumes (S) coleslaw (F) charcuterie (F)	ENTRÉES salade chinoise (F) crème de foie (F) rilette de sardines (S) tomates mozzarella (F)	ENTRÉES
PLAT PRINCIPAL joue de porc au vin rouge (F) plat végétarien (S) poisson selon la marée (F)	PLAT PRINCIPAL brochette de dinde au tym (F) plat végétarien (S) poisson selon la marée (F)	PLAT PRINCIPAL lasagne de bœuf (F) plat végétarien (S) poisson selon la marée (F)	PLAT PRINCIPAL émincé de porc caramel (F) plat végétarien (S) poisson selon la marée (F)	PLAT PRINCIPAL escalope de dinde panée (F) plat végétarien (S) poisson selon la marée (F)	PLAT PRINCIPAL
LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT gratin de pâtes (F) haricots verts (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT boulgour aux épices (F) petits pois (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT duo de carottes (F) salade verte (F) riz basmati (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT nouilles sautées (F) courgettes à l'huile d'olive (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT lentilles aux oignons (F) sauté de champignons (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT
FROMAGES tomme blanche, camembert (F) boursin ail et fines herbes (F)	FROMAGES tomme blanche, camembert (F) boursin ail et fines herbes (F)	FROMAGES tomme blanche, camembert (F) boursin ail et fines herbes (F)	FROMAGES tomme blanche, camembert (F) boursin ail et fines herbes (F)	FROMAGES tomme blanche, camembert (F) boursin ail et fines herbes (F)	FROMAGES
DESSERTS blanc en neige (F) crème citron (F) crumble pomme (F) fromage blanc et son coulis (F)	DESSERTS mousse chocolat (F) compote de pomme (A) riz au lait (F) croquant au chocolat (F)	DESSERTS crème renversée (F) ananas rôtis (F) fromage blanc et son coulis (F) salade de fruits (S)	DESSERTS feuilleté pommes (F) crème fruits rouge (F) salade de litchis (F) compote de pomme (A)	DESSERTS clafoutis (F) tiramisu (F) fromage blanc et son coulis (F) fruits (F)	DESSERTS
ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS
% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 80%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 81,3%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 80%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%	

LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	DIMANCHE SOIR
PLAT PRINCIPAL filet de porc à la tomate (F)	PLAT PRINCIPAL pommes de terre farcies (F)	PLAT PRINCIPAL filet de colin pané (F)	PLAT PRINCIPAL steak haché sauce au poivre (S)	PLAT PRINCIPAL hachis parmentier	PLAT PRINCIPAL poulet
LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT brunoise de légumes (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT salade vertes (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT pâtes au beurre (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT pommes noisette (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT salade verte	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT gratin de pommes de terre



COMMENTAIRES
F : Frais
S : Surgelé
A : Appertisé

