

RESTAURANT ASSOCIATIF DU HAMEAU SAINT MICHEL

Menu PRINTEMPS - Semaine n.20 - du 13/05/2024 au 19/05/2024

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

LUNDI MIDI

ENTRÉES

salade verte bistro (F) radis à la croqu'au sel (F)
avocat mayonnaise (F) pâté en croute (F)

PLAT PRINCIPAL

aiguillette de poulet thym citron (F) poisson selon la marée (F)
plat végétarien (S)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

riz basmati (F) julienne de légumes (S)

FROMAGES

tomme noire (F) chèvre, bleu (F)

DESSERTS

roulé chocolat (F) salade de fruits (F)
riz au lait (F) crème caramel (A)

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 80%

MARDI MIDI

ENTRÉES

concombre vinaigrette (F) champignons à la greque (F)
tarte aux légumes (F) mousse de foie (F)

PLAT PRINCIPAL

burger (F) cabillaud fish and chips (S)
plat végétarien (S)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

frites (F) gratin de courgette (F)

FROMAGES

tomme noire (F) chèvre, bleu (F)

DESSERTS

crème spéculoos (F) moelleux aux poires (F)
fromage blanc (F) fruits de saison (F)

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%

MERCREDI MIDI

ENTRÉES

méli-mélo de crudités (F) cœur d'artichaut (A)
œuf mayonnaise (F) pamplemousse (F)

PLAT PRINCIPAL

escalope hachée de veau (F) poisson selon la marée (F)
plat végétarien (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

pois maraichers à la française (F) sauté de fenouil (F)

FROMAGES

tomme noire (F) chèvre, bleu (F)

DESSERTS

crème à la mangue (F) compote de pomme (A)
feuilleté ananas (F) salade de fruits (F)

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%

JEUDI MIDI

ENTRÉES

grains de blé au pistou (F) crudités framboisées (F)
terrines de poisson (F) saucisson à l'ail (F)

PLAT PRINCIPAL

rôti de porc à l'échalotte (F) œufs florentine (F)
plat végétarien (S)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

spaghetti (F) épinard à la béchamel (F)

FROMAGES

tomme noire (F) chèvre, bleu (F)

DESSERTS

clafoutis (F) crème citron (F)
tiramisu au moka (F) fruits de saison (F)

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%

VENDREDI MIDI

ENTRÉES

soja estival (F) céréales aux petits légumes (F)
frisée aux mendians (F) pizza et sa garniture (F)

PLAT PRINCIPAL

lapin au vin blanc (F) poisson selon la marée (F)
plat végétarien (S)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

blé aux poivrons (F) sauté de carottes (F)

FROMAGES

tomme noire (F) chèvre, bleu (F)

DESSERTS

gaufre sauce chocolat (S) riz au lait de coco (F)
blanc en neige (F) mousse de fruits (F)

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%

SAMEDI MIDI

ENTRÉES

PLAT PRINCIPAL

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

FROMAGES

DESSERTS

ASSORTIMENT DE YAOURTS

LUNDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

hachis parmentier (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

salade verte (F)

MARDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

filet de colin pané (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

poêlée de légumes (S)

MERCREDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

cordon de dindonneau (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

pâtes en gratin (F)

JEUDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

menu végétarien (S)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

haricot vert (S)

VENDREDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

gratin de poisson (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

salade verte (F)

DIMANCHE SOIR

PLAT PRINCIPAL

lasagne bœuf (F)

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

COMMENTAIRES
F : Frais
S : Surgelé
A : Appertisé

