

RESTAURANT ASSOCIATIF DU HAMEAU SAINT MICHEL

Menu PRINTEMPS - Semaine n.17 - du 27/04/2026 au 03/05/2026

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	MARDI MIDI	MERCREDI MIDI	JEUDI MIDI	VENDREDI MIDI	SAMEDI MIDI
ENTRÉES salade piémontaise (F) pissaladière aux filets d'anchois (F) terrine de poisson (F) rillettes du Mans (F)	ENTRÉES salade de macaroni aux petits légumes betterave en dés (F) croque monsieur et salade avocat surimi (F)	ENTRÉES salade de chou blanc (F) carotte rapée (F) asperges en duo de poivrons (F) assiette de rosette (F)	ENTRÉES salade du chef (F) salade de lentilles corail (F) feuilleté saucisse (F) concombre vinaigrette (F)	ENTRÉES salade de blé olives (F) tartelette chèvre (F) saucisson à l'ail (F) sardines (F)	ENTRÉES
PLAT PRINCIPAL jambon grillé (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL cuisse de pintade rôtie à l'orange (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL spaghetti bolognaise (F) spaghetti à la carbonara (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL rôti de porc forestier (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL filet de poulet sauce moutarde (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL
LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT purée de pomme de terre (F) ratatouille (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT frites (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT spaghetti (F) gratin de fenouil (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT pommes de terre lyonnaises (S) oignons, lardons (F) choux verts frisés (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT petits pois salade (S) légumes celtiques (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT
FROMAGES camembert, tomme blanche (F) kiri crème (F)	FROMAGES camembert, tomme blanche (F) kiri crème (F)	FROMAGES camembert, tomme blanche (F) kiri crème (F)	FROMAGES camembert, tomme blanche (F) kiri crème (F)	FROMAGES camembert, tomme blanche (F) kiri crème (F)	FROMAGES
DESSERTS tarte aux pommes (F) crème gourmande (F) compote de pomme (F) fruits de saison (F)	DESSERTS gâteau noix de coco (F) crème normande (F) fromage blanc et son coulis (F) fruits de saison (F)	DESSERTS mousse chocolat (F) feuilleté à l'abricot (F) compote de pomme (F) fruits de saison (F)	DESSERTS crème carambar (F) gâteau au yaourt et ses fruits (F) fromage blanc et son coulis (F) salade de fruits (F)	DESSERTS riz au lait (F) clafoutis aux fruits (F) compote de pomme (F) fruits de saison (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 : 93,3%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 85,7%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 87,5%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%	

LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	DIMANCHE SOIR
PLAT PRINCIPAL sauté de volaille (F)	PLAT PRINCIPAL omelette au gruyère (F)	PLAT PRINCIPAL ravioli en gratin (A)	PLAT PRINCIPAL couscous (F)	PLAT PRINCIPAL cordon de dindonneau (F)	PLAT PRINCIPAL émincé de porc au curry (F)
LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT pâtes (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT salade verte (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT semoule (A)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT frites (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT riz basmati (F)



COMMENTAIRES
 F : Frais
 S : Surgelé
 A : Appertisé

