

RESTAURANT ASSOCIATIF DU HAMEAU SAINT MICHEL

Menu PRINTEMPS - Semaine n.19 - du 11/05/2026 au 17/05/2026

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 carotte à la marocaine (F) endive vinaigrette (F) rilette de thon (F) chorizo (F)	ENTRÉES taboulé boulgour (F) céleri rémoulade (F) quiche jambon (F) rilette du Mans (F)	ENTRÉES terrine de légumes (F) œufs mimosa (F) éventail de rosette (F) betterave en dés (F)	ENTRÉES radis (F) cœur de palmier en salade (F) tartare de légumes (F) jambon de pays (F)	ENTRÉES perles aux légumes (F) crumble légumes parmesan (F) nems (F) salade iceberg et ses croutons (F)	ENTRÉES
PLAT PRINCIPAL sauté de bœuf (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL poulet à l'estragon (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL lasagne de bœuf (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL côte de porc charcutière (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL escalope de dinde à la crème (F) poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL
LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT riz basmati (F) courgette au beurre (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT blé aux olives (F) haricots verts (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT pommes de terre grenaille (F) julienne de légumes (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT gratin de choux fleurs (F) céréales (bio) (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT spaghetti (F) brocolis persillés (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT
FROMAGES kiri crème (F) camembert , emmental (F)	FROMAGES kiri crème (F) camembert , emmental (F)	FROMAGES kiri crème (F) camembert , emmental (F)	FROMAGES kiri crème (F) camembert , emmental (F)	FROMAGES kiri crème (F) camembert , emmental (F)	FROMAGES
DESSERTS crème myrtilles (F) compote de pomme (A) gâteau ananas (F) salade de fruits (F)	DESSERTS tiramisu (F) panna cotta (F) fromage blanc et son coulis (F) fruits de saison (F)	DESSERTS gâteau yaourt et ses fruits (F) fruits de saison (F) crème spéculoos (F) blanc en neige (F)	DESSERTS tarte noix de coco (F) mousse chocolat (F) compote de pomme (F) poire au vin (F)	DESSERTS beignet choco noisette (S) crème caramel (F) fromage blanc et son coulis (F) ananas rôti (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 : 86,7%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 80%	

LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	DIMANCHE SOIR
PLAT PRINCIPAL rôti de porc (F)	PLAT PRINCIPAL filet de saumon (S)	PLAT PRINCIPAL cuisson de poulet grillée (F)	PLAT PRINCIPAL sauté de dinde (F)	PLAT PRINCIPAL menu végétarien (S)	PLAT PRINCIPAL pizza trois fromages (S)
LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT pommes de terre sautées (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT riz aux petits légumes (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT gratin de pommes de terre (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT semoule (F)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT frites (S)	LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT



COMMENTAIRES
 F : Frais
 S : Surgelé
 A : Appertisé

