

# RESTAURANT ASSOCIATIF DU HAMEAU SAINT MICHEL

Menu ÉTÉ - Semaine n.25 - du 22/06/2026 au 28/06/2026

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
<b>ENTRÉES</b> quiche salée (F)   salade de crudités (F) haricot vinaigrette (F)   pizza (F)	<b>ENTRÉES</b> saucisson à l'ail (F)   perles au thon (F) courgette fromage de brebis (F)   salade du jour (F)	<b>ENTRÉES</b> melon charentais (F)   salami en tranches (F) coleslaw (F)   salade du jour (F)	<b>ENTRÉES</b> œuf mayonnaise (F)   pastèque (F) endives, jambon, emmental (F)   salade du jour (F)	<b>ENTRÉES</b> tomates basilic (F)   céleri rémoulade (F) champignons à la grecque (F)   salade du jour (F)	<b>ENTRÉES</b>
<b>PLAT PRINCIPAL</b> filet de poulet colombo (F)   poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> rôti de porc Val de Loire (F)   poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> cuisse de lapin à la moutarde (F)   poisson du jour (F) plat végétarien (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> tomates farcies (F)   poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> jambon poêlé (F)   poisson selon la marée (F) plat végétarien (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b>
<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> céréales gourmandes (F)   brocolis persillés (S)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> tomates rôties (F)   lentilles (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> gratin de pâtes (F)   sauté de courgette (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> riz basmati (F)   ratatouille (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> boulgour (F)   duo de sauté de carottes (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b>
<b>FROMAGES</b> camembert, chèvre (F)   carré frais bio (F)	<b>FROMAGES</b> camembert, chèvre (F)   carré frais bio (F)	<b>FROMAGES</b> camembert, chèvre (F)   carré frais bio (F)	<b>FROMAGES</b> camembert, chèvre (F)   carré frais bio (F)	<b>FROMAGES</b> camembert, chèvre (F)   carré frais bio (F)	<b>FROMAGES</b>
<b>DESSERTS</b> crème renversée (F)   compote de pomme (A) tartelette aux fruits (F)   salade de fruits (F)	<b>DESSERTS</b> pâtisserie aux fruits (F)   gâteau chocolat (F) fromage blanc et son coulis (F)   fruits de saison (F)	<b>DESSERTS</b> tarte citron (F)   salade de fruits (F) compote de pomme (F)   panna cotta	<b>DESSERTS</b> crème pain d'épices (F)   fruits de saison (F) crêpe sauce chocolat (F)   fromage blanc et son coulis (F)	<b>DESSERTS</b> mousse de fruits (F)   crème chocolat (F) crumble pommes (F)   salade de fruits (F)	<b>DESSERTS</b>
ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS	ASSORTIMENT DE YAOURTS
% DE FRAIS SUR UN MIDI : 80%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%	% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%	

LUNDI SOIR	MARDI SOIR	MERCREDI SOIR	JEUDI SOIR	VENDREDI SOIR	DIMANCHE SOIR
<b>PLAT PRINCIPAL</b> tarte salée jambon chèvre (F)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> calamar à la romaine (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> burger	<b>PLAT PRINCIPAL</b> filet de colin pané (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> steak haché (S)	<b>PLAT PRINCIPAL</b> cordon de dindonneau (F)
<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> salade (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> pâtes en gratin (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> frites	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> céréales (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> poêlée de légumes (F)	<b>LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT</b> haricots verts (S)



**COMMENTAIRES**  
F : Frais  
S : Surgelé  
A : Appertisé

