

RESTAURANT ASSOCIATIF DU HAMEAU SAINT MICHEL

Menu ÉTÉ - Semaine n.28 - du 13/07/2026 au 19/07/2026

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

ENTRÉES

|                             |     |                |     |
|-----------------------------|-----|----------------|-----|
| salade de pâtes et poivrons | (F) | carotte rapée  | (F) |
| tartelette chèvre           | (F) | jambon de pays | (F) |

PLAT PRINCIPAL

|                 |     |                        |     |
|-----------------|-----|------------------------|-----|
| saucisse fumée  | (F) | poisson selon la marée | (F) |
| plat végétarien | (S) |                        |     |

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|                  |     |             |     |
|------------------|-----|-------------|-----|
| lentilles vertes | (F) | ratatouille | (F) |
|------------------|-----|-------------|-----|

FROMAGES

|                                 |     |                      |     |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|
| boursin à l'ail et fines herbes | (F) | camembert , emmental | (F) |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|

DESSERTS

|                  |     |                                |     |
|------------------|-----|--------------------------------|-----|
| crème chocolat   | (F) | salade de fruits               | (F) |
| compote de pomme | (A) | gâteau au yaourt et ses fruits | (F) |

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%

MARDI MIDI

ENTRÉES

|                             |     |                                 |     |
|-----------------------------|-----|---------------------------------|-----|
| salade de perles légumières | (F) | salade de chou blanc et fromage | (F) |
| terriner de poisson         | (F) | mousse de canard                | (F) |

PLAT PRINCIPAL

|                 |     |                        |     |
|-----------------|-----|------------------------|-----|
| sauté de gibier | (S) | poisson selon la marée | (F) |
| plat végétarien | (S) |                        |     |

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|        |     |                      |     |
|--------|-----|----------------------|-----|
| frites | (F) | gratin de chou fleur | (F) |
|--------|-----|----------------------|-----|

FROMAGES

|                                 |     |                      |     |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|
| boursin à l'ail et fines herbes | (F) | camembert , emmental | (F) |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|

DESSERTS

|                             |     |                  |     |
|-----------------------------|-----|------------------|-----|
| croquant chocolat           | (F) | crème spéculoos  | (F) |
| fromage blanc et son coulis | (F) | fruits de saison | (F) |

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 86,7%

MERCREDI MIDI

ENTRÉES

|                     |     |                        |     |
|---------------------|-----|------------------------|-----|
| salade iceberg mais | (F) | concombre persillé     | (F) |
| œuf mimosa          | (F) | saucisson à l'ail fumé | (F) |

PLAT PRINCIPAL

|                    |     |                        |     |
|--------------------|-----|------------------------|-----|
| pintade à la crème | (F) | poisson selon la marée | (F) |
| plat végétarien    | (S) |                        |     |

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|                  |     |                     |     |
|------------------|-----|---------------------|-----|
| pomme boulangère | (F) | carottes des sables | (F) |
|------------------|-----|---------------------|-----|

FROMAGES

|                                 |     |                      |     |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|
| boursin à l'ail et fines herbes | (F) | camembert , emmental | (F) |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|

DESSERTS

|                      |     |                  |     |
|----------------------|-----|------------------|-----|
| crêpe sauce chocolat | (F) | compote de pomme | (F) |
| blanc en neige       | (F) | salade de fruits | (F) |

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%

JEUDI MIDI

ENTRÉES

|                          |     |                  |     |
|--------------------------|-----|------------------|-----|
| haricot vert vinaigrette | (F) | céleri rémoulade | (F) |
| avocat thon              | (F) | pâté en croute   | (F) |

PLAT PRINCIPAL

|                 |     |                        |     |
|-----------------|-----|------------------------|-----|
| chili con carne | (F) | poisson selon la marée | (F) |
| plat végétarien | (S) |                        |     |

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|             |     |               |     |
|-------------|-----|---------------|-----|
| riz basmati | (F) | haricot rouge | (F) |
|-------------|-----|---------------|-----|

FROMAGES

|                                 |     |                      |     |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|
| boursin à l'ail et fines herbes | (F) | camembert , emmental | (F) |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|

DESSERTS

|                             |     |                            |     |
|-----------------------------|-----|----------------------------|-----|
| pomme au four               | (F) | banane à la crème anglaise | (F) |
| fromage blanc et son coulis | (F) | crème à l'orange           | (F) |

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%

VENDREDI MIDI

ENTRÉES

|                          |     |                              |     |
|--------------------------|-----|------------------------------|-----|
| rapé de betterave        | (F) | feuilleté poisson ciboulette | (F) |
| salade d'endives et bleu | (F) | champignons à la grecque     | (F) |

PLAT PRINCIPAL

|                            |     |                        |     |
|----------------------------|-----|------------------------|-----|
| cuisse de poulet à l'aneth | (F) | poisson selon la marée | (F) |
| plat végétarien            | (S) |                        |     |

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|       |     |                       |     |
|-------|-----|-----------------------|-----|
| pâtes | (F) | tombée de champignons | (F) |
|-------|-----|-----------------------|-----|

FROMAGES

|                                 |     |                      |     |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|
| boursin à l'ail et fines herbes | (F) | camembert , emmental | (F) |
|---------------------------------|-----|----------------------|-----|

DESSERTS

|                  |     |                          |     |
|------------------|-----|--------------------------|-----|
| ananas rôti      | (F) | gâteau à la noix de coco | (F) |
| compote de pomme | (F) | fruits de saison         | (F) |

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%

SAMEDI MIDI

ENTRÉES

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

PLAT PRINCIPAL

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

FROMAGES

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

DESSERTS

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

ASSORTIMENT DE YAOURTS

% DE FRAIS SUR UN MIDI : 93,3%

LUNDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| brochette de volaille | (F) |
|-----------------------|-----|

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|         |     |
|---------|-----|
| semoule | (F) |
|---------|-----|

MARDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

|                 |     |
|-----------------|-----|
| plat végétarien | (S) |
|-----------------|-----|

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|                 |     |
|-----------------|-----|
| gratin de pâtes | (F) |
|-----------------|-----|

MERCREDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| côte de porc charcutière | (F) |
|--------------------------|-----|

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|                   |     |
|-------------------|-----|
| pommes lyonnaises | (S) |
|-------------------|-----|

JEUDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

|                |     |
|----------------|-----|
| tortillas bœuf | (F) |
|----------------|-----|

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|        |     |
|--------|-----|
| frites | (S) |
|--------|-----|

VENDREDI SOIR

PLAT PRINCIPAL

|             |     |
|-------------|-----|
| tartiflette | (F) |
|-------------|-----|

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|        |     |
|--------|-----|
| salade | (F) |
|--------|-----|

DIMANCHE SOIR

PLAT PRINCIPAL

|                   |     |
|-------------------|-----|
| poulet à la crème | (F) |
|-------------------|-----|

LÉGUMES D'ACCOMPAGNEMENT

|          |     |
|----------|-----|
| nouilles | (F) |
|----------|-----|



COMMENTAIRES

F : Frais  
S : Surgelé  
A : Appertisé

