



***Commande livrée autour de Rousset ou à l'emporter*

Passez commande**
sur notre nouveau
SITE INTERNET
www.midiscafe.fr



Ouvert de 7h30 à 16h du lundi au vendredi
SUR PLACE / À EMPORTER / LIVRAISON*

** Livraison autour de Rousset pour toute commande passée avant 10h*

04 42 38 08 64 | 06 22 43 07 55 | midiscale.rousset13@gmail.com | www.midiscale.fr |
31, avenue Francis Perrin (à côté de la poste Z.I. Rousset) 13790 Rousset

Design Sandrine Lemerle - Photos Block - Unplash - Freepik. Photos non contractuelles - Ne pas jeter sur la voie publique



Carte Automne-Hiver 2025 / 2026

RESTAURATION RAPIDE **PLATEAUX REPAS** **TRAITEUR**

Ouvert de 7h30 à 16h du lundi au vendredi
SUR PLACE / À EMPORTER / LIVRAISON*

04 42 38 08 64 | 06 22 43 07 55 | midiscale.rousset13@gmail.com | www.midiscale.fr |
31, avenue Francis Perrin (à côté de la poste Z.I. Rousset) 13790 Rousset



BAR À SALADE

Visible sur notre site internet

SEUL **9€90**
EN FORMULE DESSERT + BOISSON **13€90**

Composez votre salade **6 ingrédients** dans notre bar à salade (ingrédients visibles sur notre site).

> **Les sauces au choix :**

Balsamique, pesto, moutarde à l'ancienne, huile d'olive.

> **Les toppings au choix :**

Croûtons ou olives ou oignons frits.

SALADE MIDI'S

COMMANDE
AVANT **10:00**
=LIVRAISON
LE JOUR MÊME

SEUL **9€90**
EN FORMULE DESSERT + BOISSON **14€10**

CÉSAR

Salade, poulet pané, copeaux de parmesan, œuf dur, croûtons, maïs, concombres et tomates. Sauce César.

CHIC'POIS **NOUVEAU**

Pois chiche, œuf mollet, tomate cerise, roquette, concombre, olives noires, copeaux de parmesan et oignons rouge.

CHICON **NOUVEAU**

Endive, pomme de terre, lardon, noix, roquette, tomate cerise, fourme d'Ambert et croûton, vinaigrette aux noix.

ESTIVAL **NOUVEAU**

Gnocchis pesto, jambon cru, bille de mozzarella, lanière de courgette, tomate cerise, noix et mix de graine.

SALADE HYPERPROTÉINÉE **NOUVEAU**

SEUL **12€** - SUR DEMANDE AVANT 10H30

200 G de protéines au choix
150 G de féculents au choix
200 G de légumes au choix

POKE BOWL

COMMANDE
AVANT **10:00**
=LIVRAISON
LE JOUR MÊME

SEUL **10€10** / EN FORMULE DESSERT + BOISSON **15€10**

SAUMON

Riz basmati, dés de saumon mariné au soja, avocat, tomates cerises, carottes, mangues, tagliatelles de courgettes, oignons rouges, mix de graines.

BEEF

Nouilles chinoises, bœuf mariné au soja, sauce Chimichurri, tagliatelles de légumes et noix de cajou.

VÉGÉTARIEN

Boullgour bio, fâlafels aux pois chiche, tomates cerises, haricots rouges, carottes, fèves, noix de cajou, oignons rouges, fromage blanc aux herbes.

> **Les sauces au choix :**

Soja salée ou sucrée.



CROQUE- MONSIEUR *du jour* **NOUVEAU**

Consultez notre page Facebook et notre site internet pour connaître ce que nous vous avons cuisiné.

SEUL **9€10** ACCOMPAGNÉE D'UNE SALADE VERTE OU D'UNE SALADE 2 INGRÉDIENTS
EN FORMULE DESSERT + BOISSON **13€90**

TARTE SALÉE *du jour*

Consultez notre page Facebook et notre site internet pour connaître ce que nous vous avons cuisiné.

SEUL **4€10** / EN FORMULE SALADE 4 INGRÉDIENTS + DESSERT + BOISSON **13€90**

BAGEL BRIOCHÉ au saumon

SEUL **7€90** / EN FORMULE SALADE 2 INGRÉDIENTS + DESSERT + BOISSON **14€10**

Pain brioché, saumon fumé, fromage frais, roquette, avocat.

BAGEL BRIOCHÉ au poulet

SEUL **7€90** / EN FORMULE SALADE 2 INGRÉDIENTS + DESSERT + BOISSON **14€10**

Pain brioché, poulet pané, avocat, bacon, oignons rouge et sauce creamy oignon.

BAGEL Veggie **NOUVEAU** **VEGGIE**

SEUL **7€90** / EN FORMULE SALADE 2 INGRÉDIENTS + DESSERT + BOISSON **14€10**

Fromage frais, avocat, carotte râpée, tomate, roquette et oignon rouge.

SOUPE MAISON *du jour*

Consultez notre page Facebook et notre site internet pour connaître ce que nous vous avons cuisiné.

SEUL **4€50** / EN FORMULE SALADE 4 INGRÉDIENTS + DESSERT + BOISSON **14€10**



PÂTE EN SAUCE

SEUL **8€50** / EN FORMULE DESSERT OU SALADE 2 INGRÉDIENTS AU CHOIX + BOISSON **13€**

ITALIENNE

Coppa,
sauce gorgonzola.

BOLOGNAISE

Bœuf haché,
sauce tomate.

FORESTIÈRE

Champignons cuisinés,
crème fraîche.

SAUMON

Saumon frais, crème
fraîche, aneth, curry.

CARBONARA

Lardons, oignons,
crème fraîche.

BURGER MIDI'S CAFÉ

SEUL **10€10**

EN FORMULE DESSERT AU CHOIX + BOISSON **15€10**

Rösti de pomme terre, steak haché façon bouchère, cheddar, tomates.
Accompagné d'une salade verte ou 2 ingrédients au choix dans le bar salade.

BURGER RACLETTE

SEUL **10€10** / EN FORMULE DESSERT + BOISSON **15€10**

Rösti de pomme terre, steak haché façon bouchère, fromage raclette, bacon.
Accompagné d'une salade verte ou 2 ingrédients au choix dans le bar salade.

C'EST SIMPLE,
C'EST BON,
C'EST FAIT MAISON !

Ce sont des plats du jours,
des plats de tous les jours.

Ils vous sont proposés en
barquettes cartonnées.
Elles sont micro-ondable
et ne laisseront que peu de
traces sur la planète...



PLAT CHAUD

SEUL **9€50** / EN FORMULE DESSERT OU PETITE SALADE + BOISSON **14€10**

AIGUILLETTES DE POULET PANÉES & CÉRÉALES

STEAK HACHÉ FAÇON BOUCHÈRE

FISH & CHIPS

FILET DE POULET MARINÉ CURRY

PAUPIETTE DE VEAU SAUCE SUPRÊME

> **Accompagnement au choix**

Farfalles ou riz ou boulgour bio, sauce tomate et petits légumes grillés.

PLAT du jour

Consultez notre page Facebook et notre site internet pour connaître ce que nous vous avons cuisiné.

SEUL **10€10** / EN FORMULE DESSERT OU PETITE SALADE + BOISSON **15€10**

PLAT VÉGÉTARIEN du jour VEGGIE

Consultez notre page Facebook et notre site internet pour connaître ce que nous vous avons cuisiné.

SEUL **10€10** / EN FORMULE DESSERT OU PETITE SALADE + BOISSON **15€10**

> **Accompagnement au choix**

Farfalles ou riz ou boulgour bio.

CROUSTY CHICKEN NOUVEAU

SEUL **9€50** / EN FORMULE DESSERT OU PETITE SALADE + BOISSON **14€10**

Tenders de poulet croustillant, riz thaï, parsemé d'oignons frits, sauce crémeuse soja et aigre douce.

04 42 38 08 64 | 06 22 43 07 55

midicafe.rousset13@gmail.com | www.midiscale.fr





SANDWICH TOASTER

SEUL **7€10** / EN FORMULE DESSERT
OU PETITE SALADE + BOISSON **12,10€**

INDIEN Poulet, sauce curry, tomates, courgettes, emmental.

ARMENIEN **NOUVEAU**

Steak haché façon bouchère, trio de poivron, mozzarella, herbe de provence et emmental, sauce tomate.

ITALIEN Jambon cru, pesto, mozzarella, tomates.

FROMAGER 3 fromages, tomates, emmental.

BASIQUE Jambon blanc, tomates, emmental.

BERGER **NOUVEAU**

Jambon blanc, chèvre, miel et noix.

CHICKEN Poulet croustillant, oignons grillés, sauce burger, emmental et cheddar.

MONTAGNARD jambon cru, raclette tomate et emmental.

WRAPS

SEUL **7€10** / EN FORMULE DESSERT
OU PETITE SALADE + BOISSON **12,10€**

SAUMON

Saumon, crème aneth, salade, tomates, maïs, avocat.

CÉSAR

Poulet, copeaux de parmesan, salade, tomates, sauce César.

WRAP TOASTÉ

SEUL **7€90** / EN FORMULE DESSERT
OU PETITE SALADE + BOISSON **13€**

KEBAB

Émincé de veau et volaille, mix de poivrons, oignons, salade Iceberg, tomates, sauce blanche.

TACOS

SEUL **9€10** / EN FORMULE DESSERT
OU PETITE SALADE + BOISSON **14€10**

FAÇON BURGER

Tortilla, steak haché façon bouchère, galette de pomme de terre, cheddar, tomate, oignon rouge, sauce burger "maison".

CHICKEN CURRY **NOUVEAU**

Poulet mariné au curry, toasty de pomme de terre, tomate, oignon rouge emmental et sauce curry.



En formule

DESSERT du jour **3€20**

visible sur Facebook et sur notre site internet

SALADE DE FRUITS de saison **3€20**

COMPOTE DE POMMES **3€20**

FROMAGE BLANC **3€20**

Miel muesli, abricot, crème de marron, mangue-passion, fruits rouges, framboise, muesli framboise.

ÎLE FLOTTANTE **3€20**

Caramel / chocolat.

COOKIES **3€**

Pépites de chocolat, chocolat blanc noix de pécan, chocolat blanc cranberries, tout chocolat et pépites de chocolat blanc.

BROOKIE **3€20**

Moitié brownie, moitié cookie.

Hors formule

MUFFIN façon Bueno **3€50**

MUFFIN SUPRÊME XXL **3€80**

Framboise ou chocolat.

SHORTBREAD **3€50**

Sablé chocolat et caramel

VERRINE mélange fruit sec **3€**

Noix, amandes, raisins secs, cranberries.